В.А. Соколов, С.Б. Пожарова

родитель ты или вредитель

4MAMAS

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

«Хотел как лучше — вышло как всегда» — это не приговор. Это прогнозируемый результат тех, кто не хочет, ленится, не умеет и не считает нужным учиться правильному формированию желаемого будущего для своих детей. Тех, кто снимает с себя ответственность, обвиняя обстоятельства, окружение, «гены» и «карму». Это результат не родителей, а вредителей — себе и своим детям. Эта книга — шанс. В первую очередь для детей. Они не могут повлиять на ваш выбор быть родителями или вредителями, но от этого выбора напрямую зависит их взрослое будущее… Эта книга — набор практических инструментов для тех родителей, которые имеют много личных интересов, хотят реализоваться в разных областях своей жизни так, чтобы это было не в ущерб отношениям с детьми и их будущему. Книга для тех, кому важен результат в каждом деле и здравый смысл в каждом подходе. ISBN 978-617-00-2844-0 © В. А. Соколов, С. Б. Пожарова, 2016 © ТОВ «Видавнича група “Основа”», 2019

- Вадим Александрович Соколов, Светлана Борисовна Пожарова
  - От авторов
  - Глава 1. Зачем нам дети?
    - «Цветы жизни» или инструменты для решения своих задач
    - Родительская любовь — что это?
    - Куда ведет этот путь, если он не ведет к Храму?
  - Глава 2. Ребенок как Проект
    - Бревно или песчинка? О важности «взгляда со стороны»
    - Проект «Мой ребенок»
    - Цель или хаос?
  - Глава 3. Родительское счастье — это спокойствие
    - Поговорим о счастье
    - Формула родительского счастья
    - Умеет — не умеет, делает — не делает, сам — не сам
  - Глава 4. О вложениях и ожиданиях
    - Я инвестор или кто?
    - Время и деньги — мерила ценности
    - Об ожидаемых бонусах
  - Глава 5. Цель проекта «Мой ребенок»
    - Нет цели — нет проекта

- Навыки в разных областях жизни
- Миф о «важности самостоятельного выбора жизненного пути ребенком»

- Глава 6. Границы проекта «Мой ребенок»
  - О нерушимости границ
  - Границы «Я»
  - Границы «Место, где я живу»
  - Границы «Отношения и общение “первого круга”»
  - Договор между взрослыми
- Глава 7. Дневник проекта «Мой ребенок»
- Глава 8. Права и обязанности. Ответственность
  - Кто будет крайним?
  - Права, на которые наложено табу
  - «Дружба» с детьми
- Глава 9. Ресурсы проекта «Мой ребенок»
  -
  - Ресурсы проекта «Мой ребенок»
  - О мудрости… и не только!
- Глава 10. О мотивации и самомотивации
- Вместо эпилога. Три «жизненных проекта»
  - Кто сказал, что отпустить легко?
  - Три жизненных проекта
  - Продолжение следует…
  - Авторы о себе
  -

Вадим Александрович Соколов, Светлана Борисовна Пожарова
Родитель ты или вредитель

От авторов

С родительской гордостью и бесконечной любовью книга посвящается нашим детям — Владу и Насте.

Воспитание детей — это постоянный выбор. Ежедневно родители выбирают, как поступить: дать или не дать, еще рано или уже пора, разрешить или запретить, сделать за ребенка или подождать, пока сделает сам, чем кормить, во что одеть, куда повести, о чем рассказать, чему учить, с кем разрешить общаться…

Для большинства этот выбор является незаметным и неосознанным и по этой причине — не контролируемым и не управляемым.

У каждого выбора есть последствия, которые обязательно проявятся в будущем. Это закон.

Будем называть вещи своими именами: «Хотел как лучше — вышло как всегда» — это не диагноз и не приговор. Это прогнозируемый результат, который получают родители, не умеющие, не желающие, ленящиеся, не считающие нужным учиться замечать свой выбор и брать за него ответственность; родители, которые отдают на волю случая (окружения, обстоятельств) формирование будущего своих детей.

Мы называем таких родителей вредителями. Вредителями своим детям и себе.

Думаете, что вы хороший родитель и это к вам не относится? Предлагаем прочесть книгу и проверить, в первую очередь для себя, так ли это.

Данная книга — это не «экзамен на вредительство». Такой «экзамен» в определенный период вам и вашим детям устроит сама жизнь. Беда в том, что тогда будет сложно (в некоторых случаях — поздно!) что-либо изменить…

Эта книга — шанс. В первую очередь для ваших детей. Они не могут повлиять на ваш выбор быть родителем или вредителем, но от этого выбора напрямую зависит их взрослое будущее.

Мы не пытались создать книгу, удобную и понятную для всех. Прежде всего мы опирались на здравый смысл и практичность. Поэтому предупреждаем сразу: эта книга не для всех.

Она НЕ подойдет родителям, для кого рождение детей:

• единственная миссия и смысл жизни;

• главный «долг и крест»;

• «дар свыше» (кто считает, что отношения «родители — дети» сложатся сами собой, главное — любить ребенка);

• сопровождается решением полностью посвятить детям себя и свою жизнь.

По нашему опыту, эту книгу по достоинству оценят родители:

• которые имеют много личных интересов, хотят реализоваться в разных областях своей жизни (или какой-то конкретной, например, в бизнесе) так, чтобы это было не в ущерб отношениям с детьми и их будущему;

• которые ограничены во времени на воспитание детей и ищут способы оптимально совместить свои интересы, свою жизнь и воспитание, интересы, жизнь своих детей;

• практичными, «земными» и конкретными, для которых важен результат в каждом деле и здравый смысл в каждом подходе.

Мы глубоко убеждены, что в жизни детей должно быть место спонтанности, игре, шалостям, капризам, непосредственности. Ведь это средства и способы, с помощью которых ребенок познает мир, которые и делают детство самой прекрасной и во многом неповторимой порой жизни.

Неправильно думать, что данная книга, с ее практичным подходом, исключает баловство, веселье, беспечность, импровизацию. Неправильно думать, что наш подход — это только рационализм во всем, что связано с детьми.

Радуйтесь детям, радуйте детей, получайте удовольствие от счастья быть родителем каждую минуту, ведь это поистине прекрасно!

Книга предложит вам набор вспомогательных рабочих инструментов, для того чтобы:

• не уходить в иллюзии, а наблюдать все «как есть на самом деле», иметь возможность вовремя корректировать;

• нечаянно не перейти тонкую грань между родителем и вредителем;

• когда дети вырастут, им было легче «найти себя» во взрослой жизни, а вам — спокойнее и радостнее за их будущее.

С уважением, авторы Соколов Вадим и Пожарова Светлана

Первый отзыв о книге

Родительское вредительство в медицине конкретно и осязаемо, проявляется перекормом и перегревом, запретами на свежий воздух, растиранием спиртом, увлечением таблетками,

неспособностью помочь в обыденных и распространенных ситуациях, вроде насморка или повышения температуры.

Вредительство в педагогике не менее конкретно, но основы адекватной внутрисемейной педагогики доступны современным мамам и папам еще в меньшей степени, в сравнении с азами педиатрии.

Эта книга — не только рецепт от родительской самонадеянности, той самой, от которой рукой подать до вышеупомянутого вредительства. Это попытка убедить вас в том, что вы и ваши дети, конечно же, уникальны, но и ваши проблемы, и способы их решения давным-давно известны профессионалам.

Да только это не медицина, и одной золотой таблетки не существует! И решать проблемы вам придется почти самостоятельно. Почему «почти»? Потому, что дорожку к решению проблем вам уже протоптали и книгу написали.

Читайте, учитесь! Легкого вам пути от вредительства к адекватному и ответственному родительству!

Евгений Комаровский, детский врач

Глава 1. Зачем нам дети?

«Цветы жизни» или инструменты для решения своих задач

Вопрос, который мы хотим задать вам в самом начале, звучит так: «Зачем нам дети? Почему люди рожают детей?».

Разделим факт появления ребенка в семье на две простые категории:

• планировали;

• не планировали.

Если планировали, то в связи с чем?

Вот как чаще всего отвечают родители:

• «Как все» — у нашего окружения уже есть дети, значит, и нам надо.

• Проявить себя, выполнить свой долг, чтобы «не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы».

• Возраст поджимает — нам уже столько-то лет, значит, пора.

• Чтобы стать по-настоящему взрослыми.

• Детей должно быть двое/трое — «один ребенок в семье — не ребенок».

• Привязать мужа, чтобы не ушел к другой (теперь точно никуда не денется).

• Раз теперь я мать его ребенка, муж должен содержать нас.

• Чтобы не выходить на работу.

• Чтобы не сократили на работе.

• Бабушки/дедушки хотят внуков.

• Для решения материальных вопросов: получать пособие (или бабушки/дедушки теперь точно будут нас финансировать, т. к. они хотели внуков).

• Занять себя, заботиться о ком-то.

• Укрепить отношения.

• Для продолжения рода.

• Перенаправить энергию, чтобы не «загнать» себя в работе.

• Врачи посоветовали («переродить» болезнь на ранней стадии) и так далее.

Иными словами, **ребенок всегда появляется на свет как инструмент решения какой-то проблемы, задачи, цели.**

Рождение малыша решает, перекрывает, оттягивает на время какой-то аспект задач. Вот малыш появился, есть, и задача решилась: теперь я «как все», «продолжил род», «муж никуда не денется», «есть чем занять себя».

Что будет дальше — часто является вторичным по отношению к самому факту появления ребенка на свет и решению

своей текущей задачи. «Не мы же первые. У всех как-то складывалось, и у нас сложится!» — думает большинство.

Пример из практики

На приеме мама полуторагодовалой девочки. Ее муж из очень обеспеченной семьи.

«Психологу надо говорить все, как есть. Так вот, я всегда хотела выйти замуж за миллионера. Я специально поступила в «такой» вуз, общалась в «таких» компаниях, в первую очередь оценивала всех претендентов с позиции «тот — не тот» и никогда не тратила свое время на «неперспективных».

И я нашла того, кого искала. Но с одной оговоркой: миллионер не он, а его родители. Зато он единственный наследник, так что это вопрос времени! Его родители были категорически против наших отношений, считали, что я не пара их сыну. Но я забеременела, и они уступили.

Вы не думайте ничего такого, я люблю своего мужа! У нас растет дочь. Нам отдали шикарную квартиру и выдают приличную ежемесячную сумму «на расходы». Но… Теперь моя жизнь превратилась в сущий ад! Свекровь приходит в мой (!) дом в любое время суток и без предупреждения. Она контролирует, как живут ее сын и внучка, что у нас в холодильнике, как сложены вещи в шкафу, во что я одеваюсь, с кем общаюсь, где бываю!.. Я попробовала сказать, что это наша жизнь, сами все решим. И получила ответ: «Тебя в нашу семью никто не звал. Если не принимаешь правила, можешь быть свободна. Только имей в виду: внучку я не отдам никому! Она уже часть нас. Надеюсь, ты понимаешь, что у нас хватит на это сил и влияния. Вот и думай».

… Муж занят и не хочет вмешиваться. Говорит: «Сама находи общий язык с моей мамой». Я боюсь и за себя, и за ребенка! Помогите…»

Да, уважаемый читатель, мы специально выбрали такой яркий пример. И вопрос не только в том, что «кто платит, тот и музыку заказывает». Данный пример показывает, что ребенок действительно решает своим рождением ряд задач, но… неизбежно возникают новые. В отношении ребенка — в том числе.

Дети не рождаются «просто так». Если их появление мешает решению задач и достижению целей — дети НЕ

появятся.

Обратите внимание, это на самом деле важно.

Даже когда человек говорит «так получилось», не нужно скидывать со счетов огромное количество способов это предотвратить. Мы же взрослые люди и живем в современном мире. Если человек не использовал этих способов, значит, уже знает, для достижения какой цели и решения какой задачи нужен ребенок.

Очевидно, мы можем не осознавать этого. Мы можем не хотеть в этом признаваться вслух. Но ведь никто на этом не настаивает!

Практическое задание

Про себя, для себя, прямо сейчас подумайте и мысленно ответьте: для решения какой задачи появился ваш ребенок (дети)? Спектр каких задач, целей решали вы (осознанно или нет), когда решились на появление ребенка?

Осознаем мы или нет, что ребенок — это инструмент для решения какой-то задачи, цели, по сути, значения не имеет. Важно другое: какая это задача, цель?

Вывод: дети — это инструмент решения задачи, цели.

Давайте учитывать следующее: цели достигают, а задачи решают.

Исходя из этого, получаем:

• **краткосрочные задачи** — то, что решается самим фактом рождения и наличия ребенка:

- внимание и помощь от близких (мужа, старших детей, родителей);

- эмоции от взаимодействия с ребенком (запах, ощущения, новизна и т. д.);

- сумма денег (помощь при рождении, подарки);

- спасение, спокойствие (смотрю на этого человечка, он есть, и теперь точно муж не посмеет уйти к другой; не выгонят из квартиры за неуплату; не надо искать работу, окружению понятно, почему я дома, и т. д.);

• **долгосрочные цели** — то, чего мы ожидаем от ребенка в долгосрочной перспективе, на годы и десятилетия вперед: чтобы вырос здоровый, красивый, успешный и все было хорошо.

Рассмотрим подробно.

Краткосрочные задачи решает сам факт появления ребенка. Ничего дополнительно делать вроде бы не нужно.

Какие из задач, приведенных в самом начале, можно отнести к краткосрочным?

- Получить материальную помощь — «детские пособия»;
- выйти замуж;
- укрепить отношения, избежать развода;
- решить медицинскую проблему;
- бабушки хотят внуков;
- «повзрослеть»;
- чтобы быть, как все;
- для продолжения рода;
- чтобы не искать работу (есть очевидная «причина» сидеть дома).

Применительно к факту рождения ребенка чаще всего доминируют краткосрочные задачи. Они, если вы заметили, ближе по времени, понятней и конкретней.

Долгосрочные цели, напротив, размыты, не осознанны, конкретика отсутствует. «Само как-то получится, подрастет — разберемся, время покажет, дальше будет видно!»

«Главное — любить своих детей, а остальное само сложится!» — аргумент, лозунг, девиз и… отговорка большинства современных родителей.

Прежде чем рассматривать долгосрочные цели, сделаем небольшое, но важное «лирическое отступление». Поговорим о родительской любви, раз уж именно она является «гербом и флагом» (читай: «ширмой») для большинства родителей.

Родительская любовь — что это?

… Любовь… За всю историю человечества это понятие накопило столько трактовок, определений и объяснений (порой не просто разных, но и противоречащих друг другу!), что объединить их и вывести в общее практически не представляется возможным.

С другой стороны, если понятие нельзя трактовать однозначно, появляется отличная возможность не только для отсутствия понимания и споров, но и для манипуляций.

Да-да! Попробуйте «манипулировать» словом *табурет*: «во имя табурета», «для нашего табурета», «потому что у нас есть табурет», «если твой табурет настоящий, то ты»… и так далее. Звучит смешно. Но если заменить слово *табурет* словом *любовь*, подобные фразы становятся осмысленными, даже привычными, знакомыми.

Тем, кто хочет ясности, полезно запомнить, что любовь — это не гранитный памятник, не что-то застывшее и безжизненное. Любовь не статична. Любовь — это процесс, действие, поступки (или их отсутствие — это уж как повезет). Но отсутствие одного действия, поступка одновременно является наличием другого действия, поступка. Не встретил после работы, как обещал — это не только отсутствие выполнения обещанного. Это одновременно наличие другого действия. Ведь что-то он делал, когда не встречал? Даже если проспал или простоял в пробке — все равно делал. Значит, чтобы понять, что делать, нужно слово *любовь* заменить словом *любить*, использовать не существительное, а глагол, отвечающий на вопрос «что делать?».

Давайте сузим понятие и поговорим о родительской любви.

> «Любить» — это глагол, отвечающий на вопрос «что делать», то есть обозначающий конкретное действие.

Практически каждый родитель использует объяснения вроде «вырастет — оценит» или «жизнь научит». Но если прочно держаться за нить «любить — что делать?», то со временем это становится привычным и легким способом построения отношений «родители — дети». Для всех.

Давайте попробуем вместе. Начнем с детей. Если ребенок вас любит, то что он должен делать (чего не делать), чтобы вы в этом убедились? Пока не в перспективе, не «когда вырастет», а «здесь и сейчас» — сегодня, завтра…

Подсказка

«Заботиться, помогать, слушаться», конечно, тоже глаголы и отвечают на вопрос «что делать?». Но! Например, *«оказал внимание»* и *«подарил цветы»* может означать одно и то же, а может и разное. Поэтому если мы хотим, чтобы нам подарили цветы, а вслух просим оказать внимание, то можем получить в ответ много других вариантов поведения: нам подадут руку, улыбнутся, сделают комплимент и так далее.

Так что же вы себе представляете, произнося слово *заботиться*? Какое конкретное действие, поступок? Какие внутренние образы вызывает это слово?

Человек мыслит образами: вспоминает, представляет, планирует, мечтает. Радуется или расстраивается, нервничает или успокаивается — весь спектр наших состояний возникает на основе образов.

Это могут быть образы действительности, окружающей нас здесь и сейчас. Мы можем видеть их вживую. Например, сейчас вы читаете книгу. Есть место, где это происходит, обстановка вокруг, сама книга и т. д. Для простоты назовем их *внешними образами*.

И есть *образы внутренние*. Например, если попросить вас представить рядом белого пушистого котенка с зелеными глазами, который играет ярко-желтым теннисным мячиком. Получилось? И вот ведь интересная штука: здесь и сейчас рядом с вами такого котенка с таким мячиком нет. А в вашем воображении, на так называемом «внутреннем экране», есть.

Видеть внутренние образы — замечательная способность человека! Она позволяет ему:

• мечтать и планировать — сопоставлять образы «как есть сейчас» и «как хочу в будущем»;

• делать выбор — представлять образы двух и более вариантов, их выгоды и последствия, решать, что лучше;

• использовать прошлый опыт — вспоминать образ «как было в прошлый раз и чем закончилось» и сравнивать с тем, что есть сейчас, чтобы получить тот же результат или избежать нежелательных последствий, и так далее.

Эти процессы могут быть осознаваемыми, как в варианте с котенком. То есть вы специально и осознанно представляете или вспоминаете нечто. И могут быть неосознаваемыми. Как в быстром ответе на вопрос: «Ты что будешь — чай или кофе?» Сначала нужно представить то, что мы выбираем! Мгновенно и незаметно для самого себя. Но без представления человек не сможет выбрать. Например, попробуйте быстро ответить на

вопрос: «Ты что будешь — чай или мутоли?» Кто заметил, что мгновенно и четко представляет себе только чай, а второе слово вызывает в воображении пустоту или калейдоскоп смутных образов то ли на японский, то ли на итальянский манер?

Давайте теперь ответим на вопрос: если ребенок проявляет заботу о вас, то что он должен делать (чего не делать), чтобы вы в этом убедились?

У кого-то это может вызвать внутренний образ ребенка, который помогает нести пакет с покупками из магазина или готовит ужин к приходу родителей. Или помыл обувь после прогулки. Или спросил: «Как ты себя чувствуешь?» У каждого свой образ. Но у всех он обязательно есть!

> Итак, «заботится» — это целый фильм из разных внутренних образов на тему «что на самом деле делает».

Если вы хотя бы однажды четко себе представили такой фильм, то становится понятно, чему обучать ребенка в процессе воспитания, как и когда себя вести, какие действия (или их отсутствие) объединять под понятием «любить».

Подробно и правильно работать с внутренними образами мы с вами будем в последующих главах этой книги. Пока просто задумайтесь над этим. И понаблюдайте за собой и своими детьми. Насколько конкретно вы представляете, формулируете то, чего ожидаете от своих детей?

Давайте, уважаемый читатель, мысленно представим экран и посмотрим «чужое» кино.

> **Сюжет первый**
>
> Детская площадка. Мамы с двух-, трехлетними малышами. «Покажи, как ты маму любишь!» — говорит молодая мамочка, и малыш крепко обнимает ее. Остальные умиленно ахают.

> **Сюжет второй**
>
> Интерьер среднестатистической кухни. Мама кормит малыша. Он капризничает и отказывается есть. «Давай ложечку за папу, ложечку за маму, ложечку за бабушку, дедушку… ты же нас любишь». Малыш послушно открывает рот и ест.

> **Сюжет третий**
>
> Мама заходит в квартиру после работы. Школьный портфель и вещи разбросаны, кровать не убрана, на кухонном столе грязные тарелки и чашки, крошки,

остатки еды… Сын-школьник не отрывается от экрана компьютера (или планшета). Мама в возмущении: «Почему не убрал хотя бы за собой?!» — «Я же поел, а убрать не успел — времени не было… Ну не ругайся, я же тебя люблю!» — говорит сын, на минуту отвлекается от компьютера, быстро обнимает, целует в щеку и снова возвращается к своим делам. Мама прочувственно вздыхает. Говорит: «Я тоже тебя люблю». И… идет убирать разбросанные вещи, застилать кровать, мыть посуду, готовить ужин. А еще надо погладить, закончить отчет (на работе не успела), проверить уроки…

Вопрос к вам, уважаемый читатель: «Какие действия родители уже «привязали» к слову *любить* у этого ребенка?»

Любить — это обнимать, целовать, говорить об этом. Ну, еще кушать. Следовательно, он это и делает. Уборка посуды, вещей и тому подобное к его любви не относится.

И это не вина ребенка. Это следствие родительского воспитания.

Шансы, что когда-то будет иначе, если все оставить, как есть, минимальные. Чем старше становится ребенок, тем сложнее что-то изменить. Такова природа человека.

Вывод. Дети по природе своей очень талантливы и пластичны. Взрослые в процессе воспитания (часто неосознанно, сами того не желая), формируют не совсем то или совсем не то, что ожидают увидеть позже в качестве результата. Потому что НЕ УМЕЮТ, НЕ ЗНАЮТ И НЕ ХОТЯТ УЧИТЬСЯ трезвому и практичному взгляду на родительскую любовь и процесс воспитания. Потому что не знают «своего результата».

Прячут за понятием «родительская любовь», как за ширмой, свою лень, занятость, отсутствие настоящего интереса, личные неосознаваемые выгоды, необразованность, недалекость и прочее.

Что ждет их в будущем?

Пример из практики

Обратилась мама. Дочери 22 года. Студентка. Живут вдвоем.

«Она у меня креативная и творческая. Во всем способная! Себя ищет… То фотографией увлечется, то танцами… Нет, работать пока не пробовала. Куда же она пойдет без образования?! А учиться ей не интересно. Я просто упрашиваю окончить вуз. Столько сил и денег

моих туда вложено!.. Жду, когда она получит диплом юриста и пойдет в самостоятельную жизнь. Но сейчас это просто катастрофа! В мои обязанности входит даже разбудить ее на занятия. Если я этого не сделала — забыла, закрутилась на работе (мне в 8.00 нужно быть на месте), — она просто не идет. И я виновата в ее прогулах… Претензии растут — телефон нужен «такой», одежда и обувь «такая», за ее увлечения тоже надо платить (курсы, фотоаппарат, участие в конкурсах). Я уже не тяну этого… Пожалуйста, поговорите с ней как психолог и объясните, что пора уже стать более самостоятельной и ответственной!»

Что тут скажешь?.. Поздно объяснять, поздно упрашивать, поздно увещевать. Тот результат, который получила мама сейчас, формировался не день и не год. Его создавала сама же мама под благородным девизом «Любовь — это все лучшее детям, вырастет — оценит». Вот в чем парадокс!

Договоримся, уважаемый читатель: мы — за любовь! Детей важно любить!

Итак, отставим в сторону слово ЛЮБОВЬ (при этом по-прежнему считая его значимым и важным).

Но давайте различать: «баловать и позволять все» — это не значит «любить». Это значит только «баловать и позволять все». Повторим: не надо прикрываться словом *любовь* как ширмой.

В этой книге мы не будем смотреть на ширму «любовь», а заглянем за нее — в практичную, «земную», ежедневную очевидность.

Что вы на самом деле делаете под девизом «любовь к детям»?

Вернемся к *долгосрочным целям* по отношению к нашим детям.

Куда ведет этот путь, если он не ведет к Храму?

Дорогу осилит идущий.

Отправляясь в путь, один Путник не знал, куда ему идти. Куда глаза смотрят — решил он. Сколько лет прошло, сколько пар обуви было сношено, сколько верст было пройдено — никто не знает. Куда пришел этот Путник, или он в пути до сих пор? Путь ли это? Или уже скитания? По земле и жизни... Одно в этой истории очевидно и несомненно: Путник пережил много разных, ярких и не очень, веселых и не очень, интересных и не очень событий. Познакомился и подружился со многими людьми, получил бесценный и богатый опыт. Если за этим отправлялся в путь — жизнь удалась.

Отправляясь в путь, второй Путник решил совершить паломничество в Храм. Он не совсем четко представлял себе путь к этому Храму, но знал его название и внешнее описание от других паломников. А главное — очень хотел попасть именно в этот Храм. В дороге Путник узнавал и находил более легкий и короткий путь. Он тоже знакомился и общался со многими интересными людьми, тоже переживал яркие и интересные события. Даже иногда задерживался там и с теми, кто ему был особо симпатичен или интересен.

Но всегда придерживался пути, ведущего к Храму. И в один прекрасный день, пройдя свой интересный и яркий путь, он оказался у желанных ворот Храма.

Напоминаем: мы определили (и даже сами себе тихонько, но честно признались), что дети появляются как инструмент решения какой-то краткосрочной задачи.

О том, что будет потом, дальше, через 5, 10, 15 и так далее лет, мы стараемся думать оптимистично, радужно, чаще — эмоционально. В целом, но не конкретно. Конечно, мы знаем, в каком возрасте ребенок пойдет в садик, школу, вуз (обязательно!). Конечно, мы продвинутые родители, и каждый глубоко убежден, что делает максимум для того, чтобы у ребенка в будущем все было хорошо.

Ведь так?

Пример из практики

Мама десятилетней девочки (то ли жалуется, то ли

хвастается):

— Наша Даша не такая, как все: ее кушать заставить просто невозможно! Из еды — только конфеты и печенье. И так целыми днями. Я ни супа, ни борща никогда не варю. Зачем? — Если она все равно не ест, а мы с мужем и на работе пообедать можем. Правда, врачи говорят, что у Даши гастрит… Но что я могу сделать, если не ест она ничего другого?!»

Спрашиваем:

— Где же Даша конфеты, печенье берет постоянно?

— Дома, у нас в каждой комнате по вазочке конфет с печеньем обязательно должно быть, — гордо отвечает мама. — Я покупаю по 2–3 килограмма, чтобы всегда был запас.

— Может, попробовать убрать вазочки, если вы хотите что-то изменить в Дашином питании и здоровье? — аккуратно интересуемся.

— Да вы что?! — мама искренне удивляется. — Да мне жизни не будет, она же с голоду умрет! Пусть хоть что-то ест.

Не важно, осознаваемы наши цели или нет, они все равно начинают реализовываться.

Мы можем заявлять гордо: да, я хочу, чтобы ребенок был здоровым; да, я хочу, чтобы он был самостоятельным; да, я хочу, чтобы у него в жизни все было хорошо.

Но если глубоко внутри есть другие задачи (напрямую они могут и не относиться к ребенку: «не люблю, не умею, не хочу готовить» — это же не по поводу Даши, правда?), то, хотим мы того или нет, *именно эти цели и будут реализовываться*. Так устроен человек.

Если родитель сам не понимает, куда он «идет» в процессе воспитания, к какому «Храму» лежит его путь, то движение становится скитанием. Придет ли родитель к «Храму» — нет никакой гарантии. А вот сил, времени и денег в дороге оставит — факт!

Отдать ребенку право выбирать направление движения тоже неразумно. Не способен еще ребенок выполнять такое сложное действие — определять маршрут своего движения. У него нет ни опыта, ни представления, ни объема знаний, достаточных, чтобы справиться с этим.

Следовательно, одна из задач родителей — помочь ребенку выбрать путь. И сначала *самим* нужно разобраться: «куда?».

• Раз ребенок всегда появляется для решения каких-то

краткосрочных задач, проблем, полезно четко осознавать, какие долгосрочные цели есть у вас по отношению к детям.

Или:

• что конкретно нужно *делать* родителям, чтобы их родительская любовь дала ожидаемый результат и детям, и родителям в долгосрочной перспективе?

Практическое задание

Напишите свои долгосрочные цели по отношению к своему ребенку, детям. Для облегчения задачи предлагаем взять отчетный возраст 18 лет. Те, чьи дети старше, пусть проработают другой возраст, но с расчетом на перспективу 5–10 лет вперед.

Чего вы хотите от своего ребенка к его 18-ти годам? Каким ожидаете его видеть? Недаром говорят, что дети — это наши инвестиции. Поэтому полезно знать и представлять себе, во что вы будете инвестировать свое время, силы и деньги.

Прочтите то, что написали.

Кто заметил, что ничего сверхъестественного мы от своих детей не ожидаем?

Приблизительный перечень:

• здоровые, спортивные, активные, следят за собой;

• самостоятельные;

• общительные;

• заботливые;

• могут уже (хотя бы частично!) зарабатывать и в перспективе себя обеспечивать;

• интересуются, стремятся, развиваются… и т. д.

Предполагаем, что ваш список примерно об этом.

Более того, огромное количество родителей хотят приблизительно того же!

Все родители желают своим детям добра и что-то для этого делают. Самое интересное, что кто-то из родителей к 18-ти годам получает вышеперечисленное, а кто-то продолжает ждать и недоумевать. В чем разница?

Забегая наперед, скажем: просто поверьте, что разница есть, и она существенная. Об этом поговорим дальше.

Давайте посмотрим на все это с другой стороны.

Зачем то, что вы перечислили выше (ваши долгосрочные цели), нужно самим детям?

Зачем им быть самостоятельными, общительными, умными и так далее?

Практическое задание

Запишите свой вариант ответа на этот вопрос.

Как показывает наш опыт и практика, если резюмировать все ответы, то получается следующее: родители предполагают, что если дети будут обладать всеми вышеперечисленными качествами и умениями, то им будет легче и комфортнее адаптироваться и выживать в современном мире.

Не с позиции физического, биологического выживания (хотя иногда это тоже важно), а с позиции адаптации к внешним изменениям и условиям нашей социальной среды:

• умение развивать и поддерживать свою интеллектуальную и физическую форму, следить за здоровьем;

• умение самостоятельно найти достойную и хорошо оплачиваемую работу;

• умение строить отношения со сверстниками, старшими, коллегами, противоположным полом;

• умение обеспечивать и поддерживать достойные бытовые условия;

• умение регулировать стрессовые ситуации, решать конфликтные и проблемные вопросы и так далее.

Мир меняется. Изменения происходят постоянно. Скорость их возрастает. Умение адаптироваться, своевременно и адекватно реагировать, принимать решения и нести ответственность — важнейшие качества для современного человека.

> Выживание и адаптация ребенка в постоянно меняющихся условиях современного общества — вот главная задача воспитания.

Более подробный разговор о том, как воспитать эти качества в наших детях, ждет нас в последующих главах. Пока задумайтесь: отсутствие данных качеств и умений усложняет процесс выживания и адаптации в обществе.

Посмотрим с другой стороны: если мы НЕ хотим, чтобы дети легче адаптировались в обществе, мы что делаем? Правильно, диаметрально противоположные действия:

• мы не воспитываем детей самостоятельными: сами за них решаем все вопросы дома и в школе;

• мы не делаем их здоровее: не прививаем активный образ жизни, пичкаем медикаментами.

Таким образом, мы становимся вредителями своим же детям, то есть делаем все, чтобы они в будущем имели как можно больше проблем с окружением, здоровьем, работой, самими собой.

Поэтому важно осознавать, **какие долгосрочные цели мы ставим по отношению к своему ребенку и его воспитанию**.

Да, это непросто. Да, не у всех и не сразу это получается. Да, легче и проще «не морочиться готовкой», покупать печенье/конфеты и пребывать в приятной иллюзии, что когда Даша вырастет, то с едой и здоровьем у нее все как-то само образуется.

Хотеть одного, а *делать* диаметрально противоположное (и даже не пытаться заметить за собой это, мягко скажем, несоответствие) — позиция не родителя, а вредителя!

Думаете, в ваших отношениях с вашими детьми таких несоответствий нет?..

Подведем итоги главы

1. Ребенок всегда появляется на свет как инструмент решения какой-то цели, задачи, проблемы.

2. Задачи решают, а цели достигают. Существуют краткосрочные задачи и долгосрочные цели.

3. *Любить* — глагол, отвечающий на вопрос «что делать?». Родительская Любовь не исключение.

4. О долгосрочных целях мало кто из родителей задумывается осознанно. А ведь им и ребенку с этим жить!

5. Краткосрочные задачи решаются самим фактом появления ребенка. Задачу решил, а ребенок остается.

6. Тот результат воспитания, который родитель наблюдает сейчас, формируется не день и не год. Формируется самим родителем (конечно, не только им, но об этом позже).

7. Долгосрочные цели для родителя не прихоть и не роскошь. Это фундаментальное понятие. Достижение этих целей как результата обеспечит ребенку в будущем необходимый уровень выживания и адаптации в современном, постоянно меняющемся мире.

8. Не побеспокоишься об этом заранее — не сможешь обеспечить необходимого уровня выживания и адаптации. И ребенку навредил, и себе проблемы на всю жизнь обеспечил. Вредитель ты в таком случае, а не родитель!

9. Хочешь стать настоящим Родителем — учись соотносить то, что ты делаешь (или чего не делаешь) сейчас, с тем результатом, которого ожидаешь в будущем.

10. Родительская любовь, родительское счастье, родительская забота — за этими красивыми понятиями

настоящий Родитель должен видеть четкую конкретику и четкие действия.

Глава 2. Ребенок как Проект

Бревно или песчинка? О важности «взгляда со стороны»

Вот на что хотелось бы обратить внимание уважаемого читателя, прежде чем идти дальше. Модель, которая лежит в основе данной книги, не истина в последней инстанции. Это одна из огромного количества моделей и способов воспитания. И все они имеют право на существование.

Если вы поступаете как-то иначе и при этом получаете ожидаемый результат от воспитания, то вы все делаете правильно. Но если в какой-то момент времени вы замечаете, что ваш ребенок чего-то не делает или делает не то и не так, вспоминайте, что существуют другие инструменты. Ведь то, что ребенок «грубит взрослым», «начал курить», «не убирает за собой», «ничем не интересуется» и прочее, — это **следствия и результаты** применения инструментов воспитания. Возможно, способы, которые вы подобрали, не могут обеспечить вам ожидаемого результата. Меняйте их, пока не поздно! Чем раньше, тем лучше.

• «Зуб нельзя вылечить, его нужно только удалять» — говорит стоматолог. А ведь когда-то была маленькая дырочка, и был шанс спасти зуб…

В связи с глобализацией общества, появлением новых связей и элементов, ускорением развития и постоянными изменениями задача родителей в отношении их детей резко усложняется.

• Современному родителю на самом деле сложно.

С одной стороны, ответственность за «результат воспитания» — за то, каким вырастет ребенок, кем он будет, насколько успешно сложится его взрослая жизнь, — по-прежнему полностью возлагается на родителей.

С другой стороны, постоянно растет количество сторонних «участников» процесса воспитания: средства массовой информации, интернет-ресурсы, социальные сети, общественные организации и прочее. Они регулярно вмешиваются в воспитательный процесс, влияют на него, задают «модели поведения» и «тренды», преследуя свои цели, но… ответственности за результат не несут.

• Нашим родителям было гораздо легче и проще. Свобод было меньше…

Поэтому без обучения и применения современных моделей воспитания хорошему родителю уже не обойтись. Поэтому мы считаем своим долгом помочь ему в этом. С этой целью и была

написана данная книга.

Помните, на чем мы остановились? На самой распространенной ошибке в воспитании: *хотеть (заявлять, ожидать) одного результата, а подбирать способы (делать, не делать) — для диаметрально противоположного.*

Это как заявить, что на обед будет борщ, а продукты купить для приготовления торта, а то и вовсе сесть вышивать крестиком!

Конечно, хочется думать: «У меня с моим ребенком уж точно такого нет!» Однако будем реалистами: есть. И такой подход проявляется в различных аспектах, а не в одном…

Самостоятельно заметить и вовремя отреагировать на подобное, действительно, сложно. Почему?

Давайте прямо сейчас проведем эксперимент.

Практическое задание

1. Вспомните примеры из своего окружения отношений «родители — дети», которые вам нравятся (возраст и пол не имеют значения). Запишите, что именно. Описывайте действия, поступки, то, что видно со стороны.

Что это может быть? То, как ребенок ведет себя в гостях, во взрослой компании. Или как он помогает родителям в быту, дома. Или как он сам ищет себе интересные занятия, увлечения, посещает секции, школы и «не грузит» этим родителей.

Пример

Мы как-то были в гостях у родителей шестилетнего мальчика. Так вот, пока компания взрослых отдыхала, общалась, мальчик (чтобы занять себя и не мешать нам) мыл полы. В другой комнате, в коридоре, на кухне. Без швабры, вручную отжимая тряпку в тазике. Он позвал в гости соседку-подружку и устроил из этого игру. При этом он современный ребенок — у него есть компьютер, планшет… Самое интересное, что родители нисколько этому не удивились. «Он регулярно по выходным так делает. Года два так точно. Особенно когда мы заняты и времени на уборку нет. Раньше это, конечно, уборкой трудно было назвать! — смеется мама. — Приходилось тихонько перемывать после него. Но в последнее время так стало получаться, что я уже даже не пересматриваю — доверяю». И знаете, глядя на то, как легко и привычно ребенок отжимает тряпку, вымывает пол в самых труднодоступных местах, расставляет обувь, мы верим: он действительно делает это сам и регулярно.

И нам это нравится!

Практическое задание

2. Вспомните примеры из своего окружения отношений «родители — дети» (возраст и пол не имеют значения), которые вам не нравятся. Запишите, что именно. Описывайте действия, поступки, то, что видно со стороны.

Пример

Мы в гостях у родителей восьмилетнего мальчика. Два часа нашего визита взрослые практически не могли общаться — мальчик перебивает, комментирует, рассказывает о чем-то своем. Постоянно привлекает к себе внимание, задает вопросы родителям и взрослым. Родители умиляются вслух и при мальчике: «Он у нас развит не по годам! Видите, как легко общается со взрослыми на равных, ничто его не смущает». Да, смущает только гостей, которые вынуждены слушать «детский лепет», чтобы не расстраивать хозяев. Нам это не нравится.

Практическое задание

3. Сделайте предположение о том, что ожидает этих родителей и их детей, например, через 5, 10 лет. Приблизительный прогноз из данности, которую вы наблюдаете сейчас. Чего ждать в перспективе, если исходить из текущих наблюдений (в тех примерах, которые вы анализировали)? Запишите.

Мы тоже сделаем прогнозы по своим примерам.

Первый пример

Мы предполагаем (если ничего в отношениях родителей и ребенка кардинально не изменится), что со временем мальчик будет брать на себя больше обязанностей по дому, быту и помогать родителям в этом. То есть через 5–10 лет мы сможем увидеть подростка, который умеет не только убрать в квартире, но и, возможно, закупить продукты, приготовить простые блюда. Причем не только для себя, но и для родителей, если они заняты или просят помочь.

Второй пример

Мы предполагаем (если ничего в отношениях

родителей и ребенка кардинально не изменится), что со временем мальчик будет больше и чаще общаться со взрослыми на равных. Не только в рамках семьи, но и в других местах, где есть взрослые, — школа, секции, хобби-курсы, магазины, кафе, в гостях и т. д. А поскольку в этих местах «умиляться» данной манере желающих нет, правила общения установлены несколько иные, можно предположить увеличение числа конфликтных ситуаций. Через 10–15 лет мы сможем наблюдать подростка (юношу), которому не интересно общение со сверстниками (по этой причине сложно строить отношения, дружить), с болезненным «Я», завышенным уровнем претензий к окружению (которое его «не понимает»), с демонстративным поведением, постоянным привлечением внимания, ссорами, конфликтами и нежеланием что-то с этим делать. И родителей, которые будут вынуждены постоянно это решать: улаживать конфликты, заменять друзей, выслушивать жалобы, терпеть демонстративные фокусы.

Следует подчеркнуть, что никто не знает, как будет на самом деле. Все может измениться. Точнее, все можно изменить! Пока мы сделали только логически вытекающее предположение на основе наблюдений.

Согласитесь, что в предложенном задании было легко оценивать и прогнозировать ситуации, поведение родителей и детей, правильность/неправильность их поступков сегодня с позиции дальнейших перспектив. Конечно, со стороны всегда виднее!

• **Со стороны всегда виднее**

А почему? Потому, что отсутствует эмоциональное включение — вы находитесь вне системы отношений, у вас нет личной заинтересованности. Это не ваше. Это чье-то. Поэтому легче реально оценивать положение вещей.

Получится ли у вас сделать такой же трезвый и рациональный прогноз относительно себя и своих детей на 5–10 лет? Согласны, сложно. Практически всем.

• Именно **эмоциональная включенность** (она же родительская любовь) зачастую мешает родителям объективно оценивать процесс воспитания своих детей, прямое и очевидное влияние сегодняшних поступков на завтрашнюю перспективу.

Способ только один: рассматривать своего ребенка как проект.

Как минимизировать влияние данного фактора? Как вовремя отследить за собой «вредительское» поведение при хороших родительских намерениях? Как избежать нежелательных ситуаций в перспективе через 5–10 лет?

Проект «Мой ребенок»

Почему лучше всего получается оценивать чужие отношения и делать прогнозы? Потому что смотришь «кино со стороны».

Почему в своих отношениях намного сложнее, трудно или почти невозможно адекватно оценить происходящее? Потому что находишься «внутри фильма», а значит, эмоционально включаешься, переживаешь.

Есть только один способ обойти эту природную особенность человека «включаться в свое кино»: рассматривать воспитание ребенка как проект, то есть выйти из «своего кино» и посмотреть на него со стороны.

Если вы спросите, есть ли другие способы убрать личную эмоциональную включенность, мы ответим: «Нет!». Это единственный способ, который позволяет посмотреть на процесс воспитания своих детей объективно и не предвзято. Единственный способ, который обеспечивает понимание и достижение тех самых долгосрочных целей по отношению к детям.

Проект «Мой ребенок» долгосрочный, важный, требующий инвестиций, времени и личных усилий.

Пусть вас не пугает и не смущает слово *проект*. На самом деле в своей жизни мы все неоднократно вели и (или) продолжаем вести проекты. Просто мы не отдаем себе в этом отчета. Например, проект «Строительство дома». Для начала нужно сделать план дома, подобрать участок земли, просчитать проектную стоимость, найти подрядчиков, составить и заключить договора с ними и так далее.

Или проект «Покупка автомобиля». Определить, какой и для каких целей, сумму, на которую можем рассчитывать, способы оплаты и прочее.

Да что там дома и машины! Поездка в отпуск, ремонт в квартире, покупка обуви, одежды, поход в кино, переход на новую должность, празднование дня рождения… Хотим мы того или нет, а проектов в своей жизни начинаем, ведем и реализуем (с той или иной степенью успешности) великое множество. Ежедневно, ежечасно, параллельно, попутно… и так далее. Свою жизнь тоже можно и нужно рассматривать как проект.

Проект от всего остального отличает выполнение следующих условий:

1. У проекта должна быть цель. *Как мы поймем, что*

получили то, чего хотели? Цель должна быть сформулирована критериально, в категориях «вижу — слышу — чувствую», желательно одним предложением.

Если мы изначально не сформулируем цель именно в таких «измеримых, оцифрованных» показателях, «скитания по миру и по жизни» в пути следования к цели нам гарантированы.

2. Проект должен иметь границы, рамки. *Где это будет происходить? Кто это будет делать, с кем? Когда, в какое время, до какого времени? Территория, люди, сроки, правила и так далее.*

Если мы не поставим границ, в которых будем достигать свою цель, возникнет хаос.

3. Проекту для реализации нужны ресурсы. *Чего и сколько надо для достижения цели в указанных границах?*

Если «ревизия» необходимых ресурсов не сделана заранее, мы неизбежно столкнемся с потерями времени, денег, сил. По причине недо- или переоценки своих возможностей.

Бывает, что у нас есть цель, но не хватает ресурсов: хотим отдохнуть на Мальдивах, но не хватает денег. Корректируем цель — летим отдыхать на Кипр.

Или есть четко определенные границы — например, время для отдыха только зимой, а цель — «покупаться и позагорать». И летим на Мальдивы. А если ресурсов все так же не хватает, довольствуемся бюджетным Египтом.

В соответствии с этими тремя критериями — цель, границы, ресурсы — мы и будем рассматривать проект «Мой ребенок».

Потренируемся на простом примере.

Проект «Приготовление ужина». Казалось бы, что может быть проще! Вроде бы все понятно, и в то же время не понятно ничего.

От того, какую мы поставим цель этому проекту, во многом будут зависеть границы и ресурсы.

Если цель — «быстро покушать», то границами (местом) может быть не только квартира, кухня (до которой, может, придется еще долго добираться), а ближайшее кафе, фастфуд. Или дома можно приготовить быстрый ужин из того, что есть в холодильнике. Объем ресурсов (в виде денег, продуктов) вытекает из расценок выбранного заведения или наполнения холодильника.

Если цель — «ужин с целью произвести впечатление на кого-то», то ресурсы и границы определяются иные. Скатерти, свечи, особые рецепты, продукты, напитки, готовим сами или приглашаем повара и так далее.

Если цель — «ужин в национальном стиле», то… подумайте и сформулируйте сами!

Вывод:

• Цель проекта всегда определяет его границы и ресурсы.

• Без цели все теряет смысл, становится хаотичным и неуправляемым.

• С другой стороны, нехватка ресурсов корректирует цель и границы.

• Баланс этих трех критериев повышает вероятность достижения нашего результата.

Цель или хаос?

Давайте поучимся мыслить в соответствии с критериями «вижу — слышу — чувствую». В действительности вы делаете это ежедневно и не один раз, но не всегда осознанно.

Практическое задание

Проект «Устроиться на работу». Обозначьте следующие три пункта:

Цель:

Границы:

Ресурсы:

Самая распространенная ошибка в постановке цели — отсутствие конкретики!

Проверьте еще раз то, что написали, и в тех местах, где нет конкретики, поставьте большой знак вопроса.

Умение конкретно формулировать цели, определять границы и оценивать ресурсы, как и любое другое умение, требует постоянной тренировки. А как иначе?

Можно подойти с другой стороны: как вы поймете, что получили то, чего хотели? Как вы поймете, что цель достигнута?

Например, в формулировке «увеличить доход» возникает вопрос «на сколько?». Точно так же родители обычно ставят цели относительно своих детей: чтобы был счастлив, здоров, успешен.

Для кого уже очевидно, что такие формулировки целей не годятся?

> Цель должна быть сформулирована в категориях «вижу — слышу — чувствую». Это закон.

Иначе это не цель, а мечта, фантазия, блажь, бред, иллюзия… То есть размытость и эфемерность, у которой практически нет шансов быть реализованной.

Что я должен увидеть, услышать, почувствовать, когда приду к своей цели? Два человека сидят за столом, перед ними полные тарелки, и через 30 минут эти тарелки пустые — это можно увидеть? Да. «Спасибо, все было очень вкусно!» — можно услышать? Да. Сытость или наполненность в желудке можно почувствовать? Да.

Формулируйте цели критериально, уважаемый читатель, измеримо!

> Нельзя контролировать и управлять тем, что

невозможно измерить.

До тех пор, пока мы критериально не опишем цель, мы не можем управлять процессом ее достижения. Невозможно определить границы, и поэтому они будут все время «плавать». Невозможно рассчитать ресурсы, а значит, их расход будет бесконтрольно и неоправданно расти.

> Вывод: большинство родителей не управляют процессом воспитания своих детей только потому, что не знают и не понимают, что должно получиться в итоге.

> На наш взгляд, если человек не имеет конкретных, очевидных для себя, осознаваемых целей по отношению к воспитанию ребенка, его нельзя допускать к нему! Он автоматически, сам того не осознавая, становится вредителем.

Отсутствие четких критериев по отношению к целям и задачам воспитания вызывает хаос.

Например. Сегодня получил премию или известие о повышении. Прихожу домой. Вещи разбросаны, посуда не помыта и так далее. Но у меня благодушное настроение. Все хорошо. Любимой — цветы, детям — мороженое! Бардак в доме? Ну да ладно!..

На завтра оказалось, что мое назначение начальник не подписал. А премию выдали по ошибке, и поэтому удержат из зарплаты. Прихожу домой. Там все так же, как и вчера. Вещи разбросаны, посуда грязная. Но моя реакция на происходящее будет иной: «Держите меня семеро!».

Это стандартный пример из жизни среднестатистического родителя во взаимоотношениях с детьми. Сегодня на определенное поведение мы закрываем глаза, а завтра оно же вызывает у нас бурную реакцию. Дети, как правило, в такие моменты говорят: «Папа (мама) встал(-а) не с той ноги. Главное — переждать. И все будет, как прежде».

> Родительское поведение зачастую не является целенаправленным, оно хаотично. Увы!..

В чем причина такой реакции родителя? В способности человека эмоционально включаться. Когда мы эмоционально включены, теряется способность трезво мыслить, следовательно, видеть цель: ради чего я сейчас это делаю?

В качестве долгосрочной цели воспитания должен выступать

образ, причем динамичный. Не фотография в рамке, а фильм. В нем должно наблюдаться действие, поведение, «делание». Необходимо сформировать образ результата воспитания в динамике.

Как только для вас прояснится цель, станет намного очевиднее то, какие границы и ресурсы необходимы для ее достижения. Без этого все остальное теряет смысл.

Если вы не решили, куда ваша «яхта воспитания» должна плыть, то в ее паруса будут дуть другие (двор, школа, интернет, одноклассники, знакомые, бабушки, дедушки), направляя в нужную для них самих сторону.

Парадокс заключается в том, что главными инвесторами в проект «Ребенок» (инвесторами времени, денег, усилий, нервов) являются родители. Но всегда ли «бонусы» от этого «проекта» достаются именно им?

Очень часто от родителей можно услышать: «я не этому его учил», «я не этого хотел». Хотя, если обернуться и посмотреть назад, то оказывается, что именно этому и учил. Но, скорее всего, этого не хотел.

Когда родитель думает, что он этому не учит, в это время он все равно чему-то учит. Помните: если кто-то чего-то не делает, то в этот момент он все-таки делает. Только что-то другое.

Например: мама приходит после работы домой с двумя огромными пакетами продуктов. 14-летний сын сидит за компьютером и «спасает Вселенную от пришельцев». Мама раздевается, доносит сумки до кухни, раскладывает продукты по шкафам и в холодильник. Сын продолжает «выполнять миссию».

Вроде бы ничему его сейчас, в данном эпизоде, мама специально и не учила. Но это только на первый взгляд. На самом деле учила, и очень успешно.

Вопрос: чему она обучала своего сына?

Она обучала его:

- не реагировать на свой приход;
- не подходить и не встречать;
- не брать сумки и не нести их в кухню;
- не раскладывать покупки.

И это факт.

Даже если вам кажется, что в данный момент времени вы *ничему специально не обучаете* своего ребенка, *вы все равно его чему-то обучаете*.

Иногда ребенку везет только в том, что родителям некогда было заниматься его воспитанием. И получился замечательный человечек. Всякое бывает. Ведь если бы они плотно взялись выполнять «родительские обязанности», то результат был бы

иным.

Надеемся, теперь всем понятно, чем отличается формулировка цели «устроиться на работу» от формулировки «получать заработную плату в 2000 долларов за 160 рабочих часов ежемесячно»? И насколько важно тренироваться в умении мыслить и формулировать конкретно свои цели во всех аспектах жизни, включая воспитание детей?

В следующей главе мы рассмотрим это поэтапно и подробно. Пока же дадим совет: помните знаменитую фразу из старого известного фильма: «Тренируйся на кошках». Гениальная мысль! Берите для тренировки что-то простое, но делайте это регулярно, по нескольку раз в день.

Вы удивитесь эффекту! Вы будете сами четче ставить задачи, экономить свое время и силы, успевать сделать больше (лучше) при меньших затратах.

Вы будете замечать «иллюзорность и пустоту» формулировок других людей. Замечать, как люди, сами того не желая, «коптят небо»: тонны усилий, десятилетия жизни и сотни тысяч звонких монет — далеко не весь перечень ресурсов, которые современный человек растрачивает впустую.

И только потому, что не сформулирована цель. Или формулировка «туманна и иллюзорна».

Подведем итоги главы

1. Быть современным родителем — задача непростая! В процессе воспитания участвуют все (родственники, друзья, общественные институты, СМИ, интернет-ресурсы и др.), а за результат по-прежнему отвечают только родители.

2. Правильность того, что мы делаем, можно объективно оценить только при взгляде со стороны. Ведь со стороны всегда виднее! И процесс воспитания детей не является исключением.

3. Эмоциональная включенность (она же родительская любовь) не оставляет родителям шансов на объективность.

4. Каждый человек за свою жизнь начинает, ведет и реализовывает бессчетное множество проектов. Вся наша жизнь — это проект.

5. Выход из этого один: рассматривать своего ребенка как проект.

6. Ведение проекта требует изначального прояснения трех позиций:

• цель проекта;

• границы проекта;

• ресурсы, необходимые для достижения цели проекта.

7. Самая распространенная ошибка в постановке цели — отсутствие конкретики.

8. Цель должна быть сформулирована в категориях «вижу — слышу — чувствую». Это закон.

9. Парадокс, но большинство родителей не управляют процессом воспитания своих детей просто потому, что не знают и не понимают, что должно получиться в итоге. Таких родителей мы называем вредителями!

10. Умение правильно ставить цели получает только тот, кто тренирует себя в этом.

11. Даже если вам кажется, что в данный момент времени вы ничему специально не обучаете своего ребенка — вы все равно его чему-то обучаете. Вопрос: чему именно?

12. Совет начинающим: «Тренируйтесь на кошках!».

Глава 3. Родительское счастье — это спокойствие

Поговорим о счастье

Есть еще одно туманное, но всех манящее понятие — счастье.

Трактуется оно как *состояние полного и наивысшего удовлетворения*.

Прочтите трактовку еще раз и проверьте себя на внимательность, ответив на вопрос: в чем подвох?

А главный «подводный риф» *счастья* в том, что оно… **состояние**. И если кто-то еще не понял до конца всей важности этого наблюдения, приведем небольшое пояснение.

Итак…

Состояние человека — это результат совокупности множества факторов:

• **внешних:** время года и суток, климатические и погодные условия, географическое положение и его влияние, окружение в лице людей, социальных институтов, общественных явлений, уровень соответствия общественному мнению, правилам и законам, моде и т. д.;

• **внутренних:** возраст, состояние здоровья, сытость, уровень стресса, наша внутренняя биохимия, скорость психических реакций, опыт, набор приоритетных ценностей, убеждений и способ оценки происходящего, исходя из этого набора, и так далее.

Оба списка можно продолжать. Представляете, какой сумасшедший калейдоскоп?! Какое количество фрагментов пазла должно совпасть, чтобы человек испытал ожидаемое состояние счастья?!

В жизни каждого из нас обязательно были такие моменты, когда мы, в надежде получить состояние счастья, делали нечто. Специально. Например, стремились получить именно *ту* должность, или отдыхать именно в *том* месте, или купить именно *ту* машину (квартиру)… Хотели и много чего для этого делали. Возможно, много в чем себе в связи с этим отказывали. И получили! И, сидя наконец-то в *том* кресле, на *том* шезлонге, за *тем* рулем, в *той* кухне и т. д., **ничего не почувствовали**… или чувствовали, но совсем **не то, чего ожидали**.

Вспомнили? Что тут скажешь? Не сложился «пазл счастья»! То есть что-то, конечно, сложилось, какое-то состояние определенно получили, но как счастье его не идентифицировали.

А бывало и наоборот. Не думали не гадали, ничего не планировали и специально счастье в этот момент не создавали. Как в истории с одним знакомым: «Ехали с женой и сыновьями своей машиной на море. До этого отдохнуть как следует не успел,

ночь провел за рулем… Еду «на автопилоте», рядом жена пытается вздремнуть, на заднем сидении сыновья сопят, солнце всходит, дорога пустая, ничего особенного вроде бы… и вдруг — такое счастье накатило! Как волной накрыло! Умом понимаю: ничего особенного. А так хорошо! Столько лет прошло, до сих пор этот момент отчетливо помню…»

Счастье — как волна. Может сразу откатить, а может и задержаться на какое-то время. Но то, что откатит, — несомненно.

Почему? Потому что **состояние — самое неустойчивое, что есть в человеке**. Любое. И это для нас нормально. Естественно. Нам физиологически важен весь спектр состояний, которые мы испытываем. Состояние радости, счастья, умиления, восторга дает силы, энергию к движению, веру в то, что все будет хорошо. Состояние грусти, печали, тоски дает возможность «почувствовать разницу», оценить или переоценить нечто, понять, что важно. А некоторым — банально отдохнуть. Для человека одинаково важны и положительные, и отрицательные состояния. Периодическое переключение с одного на другое — это полезная и важная часть нашей внутренней жизни. Это норма.

Зацикливание на одном из «полюсов», невозможность, неумение переключиться, осознанный и контролируемый запрет и избегание таких переключений — прямая дорога к неврозам, депрессиям, хроническим заболеваниям по психосоматическому типу. Длительное пребывание в одном состоянии перестает быть полезным и начинает, наоборот, не давать энергию, а потреблять. Причем усиленно.

Поэтому обратная сторона модного пропагандируемого образа «современного успешного делового человека, 100 % времени активно-энергично-позитивного», темная и печальная. Попытка современных деловых людей соответствовать этому образу ведет к быстрому эмоциональному выгоранию со всеми вытекающими последствиями. Когда-нибудь мы обязательно детально напишем об этом. Но это тема другой книги.

Пока же становится очевидно, что процессом «переключения» можно и нужно управлять, а не оставлять его на волю случая. Состояние счастья можно у себя вызвать. Главное — знать свою «формулу», свой «набор пазлов», свои личные (хотя бы основные) настройки.

Личные — потому что настройки одного могут не подойти другому. Мы разные. Наблюдение за собой позволяет найти и запомнить свои формулы. Почему во множественном числе? Да потому, что счастье тоже бывает разным! Может быть тихим и уютным, азартно-страстным, по-домашнему вкусным, прекрасным

или милым, счастьем достижения или счастьем обладания, женским или мужским… и конечно, родительским.

О том, что является родительским счастьем и почему так важно знать эту «формулу», — дальше.

Итого:

• Счастье — это состояние.

• Наше состояние зависит от бессчетного множества факторов, поэтому «Бинго!» выстреливает не всегда и чаще всего произвольно.

• Человеку важен весь спектр состояний разной полярности, важно уметь переключаться, не зацикливаться на чем-то долго.

• Процессом переключения можно и нужно управлять. Но для этого полезно знать свою «формулу счастья».

• Родительское счастье — тоже состояние, оно тоже неустойчиво и тоже имеет свою формулу.

Формула родительского счастья

Что мы с вами, как родители, получаем прежде всего, когда у детей все благополучно? Самый распространенный ответ — спокойствие.

Предлагаем рассмотреть механизм спокойствия подробно.

> Родители только тогда чувствуют себя по отношению к жизни и поведению ребенка спокойно, когда считают, что у него все хорошо. И наоборот, когда у ребенка все хорошо, родители чувствуют себя по отношению к нему спокойно.

Вы сейчас спокойны за своих детей? Те, кто ответил «да», скорее всего четко представляют или даже знают, где находится их ребенок, с кем, чем занимается… и от этого им спокойно.

А если, к примеру, вы узнаете, что ваш ребенок (такой, какой он есть сейчас: в том возрасте, в том внешнем виде, состоянии здоровья, наборе знаний и умений) спускается один (без сопровождения!) по трапу самолета в Рио-де-Жанейро?.. Вы по-прежнему спокойны? Нет? А в чем отличие? Что пугает или вызывает беспокойство по этому поводу?

Сразу возникают вопросы:

• Где будет жить?

• Что есть?

• С кем общаться и на каком языке?

• Вдруг что-то случится, заболеет, нарушит и т. д.?

Вот то, что называется неизвестностью. Именно она создает внутреннее ощущение беспокойства.

Давайте вместе посмотрим на этот список вопросов и подумаем, что в нем нужно изменить (добавить, убрать, переформулировать), чтобы нам с вами стало спокойно.

Итак, нам становится спокойно:

• если мы знаем, «где он будет жить» или он сам в состоянии решить вопрос собственного проживания на новом месте; имеет бюджет и может рассчитать его, чтобы хватило на проживание; может устроиться на работу и самостоятельно получить «бюджет на проживание»;

• если мы знаем, что вопрос с питанием он тоже в состоянии решить: умеет приготовить, знает, какие продукты нужны, где их взять;

• если умеет строить отношения с незнакомыми людьми или уже есть круг друзей в том городе;

• если свободно владеет языком или легко обучаем;

• если знает и умеет выполнять социальные нормы и правила того общества и т. д.

Снова вернемся к ситуации «наш ребенок спускается по трапу самолета в Рио-де-Жанейро». Но мы знаем (и не раз убеждались на практике) о том, что он в состоянии решить все возникающие вопросы.

В чем отличие первого списка, который вызывает беспокойство, от второго, который вызывает спокойствие? Ключевое отличие в том, что ребенок **умеет и делает сам**.

Разница в «спокойно мне или беспокойно» по отношению к ребенку состоит в том, «умеет или не умеет мой ребенок делать, решать сам».

> Вывод: умение ребенка делать самостоятельно вызывает состояние спокойствия, радости и гордости родителей.

Если ребенок идет в школу и мы знаем, что он умеет переходить проезжую часть на зеленый свет, нам спокойнее от этого? — Да.

Как мы понимаем для себя, что он умеет это делать?

Мы неоднократно *наблюдали*, что он демонстрировал соответствующее поведение: подходит к светофору, стоит на красный свет, переходит на зеленый. И делает это сам.

Следовательно, когда он направляется в школу один, без сопровождения, мы с вами предполагаем, что он будет вести себя на проезжей части так же, как и прежде. И от этого нам становится спокойно.

Если же мы неоднократно наблюдали обратное (ребенок не замечал светофора, перебегал на красный свет, в неположенном месте, перед машинами), то, когда он один идет в школу, у нас на внутреннем экране появляется соответствующая картинка и возникает **беспокойство**. В таких случаях мы просим ребенка, когда он дойдет до школы, позвонить нам. «Ты в школе?» — «Да». И нам уже спокойнее.

Хотя не факт, что он в школе… Но сейчас не об этом.

Умеет — не умеет, делает — не делает, сам — не сам

Давайте внимательнее рассмотрим еще один важный момент.

Если мы знаем, чего наш ребенок не умеет делать сам или что делает не совсем правильно, мы начинаем беспокоиться. Что делает родитель, когда беспокоится и не уверен?

Чаще всего начинает делать вместо ребенка или вместе с ним.

> Беспокойство вынуждает родителя делать что-то или вместе с ребенком, или за него.

Берем его за руку и ведем в школу, например. Или заходим в комнату, видим беспорядок. Просим убрать. Он соглашается и не делает или делает такую уборку, что становится еще хуже. Или просто отказывается. Очень часто родитель говорит: «Чем просить, учить, заставлять, уговаривать — легче и проще сделать самому». Беспорядок, который мы видим, вызывает беспокойство у нас, а не у ребенка. У него все хорошо. Наш «внутренний зуд к беспорядку», наше беспокойство у него отсутствует!

«Вырастет — появится!» — могут сказать некоторые из вас. И будут правы и не правы одновременно. Потому что *сам по себе* этот «внутренний зуд», мотивирующий взрослого человека делать то, что он делает (не важно, в какой сфере жизни), не приходит. Иначе во взрослой жизни мы бы наблюдали 100 % чистоплотных, аккуратных, трудолюбивых, ответственных, честных и т. д. людей. А люди ведь разные. Одни аккуратны в быту, но ленивы в работе, например. Другие активны и напористы в карьере, но безответственны в личных отношениях. И так далее.

Не возникает это все само по себе. Во взрослой жизни мы лишь реализовываем ту мотивацию, что была «заложена» в детстве. Случайно или целенаправленно — по большому счету, не важно. Поэтому родитель не должен пускать этот процесс на самотек. Подробнее о том, как формируется этот механизм, вы прочтете в главе 10 «О мотивации и самомотивации».

> Правильную мотивацию, полезный «внутренний зуд» нужно создавать целенаправленно в детстве!

Обратите внимание, что состояние беспокойства чаще всего возникает у нас тогда, когда наш ребенок не в состоянии постоянно и системно выполнять некое действие. И наоборот, мы

спокойны тогда, когда ребенок в состоянии сам делать то, чего мы от него ожидаем. Отсюда вытекает спокойствие и доверие.

Вывод:

1. Родительское счастье — это спокойствие по отношению к настоящему и будущему своего ребенка. Зависит от того, умеет или не умеет наш ребенок выполнять необходимое действие в своей жизни.

2. Поведение родителя управляется наличием или отсутствием состояния спокойствия относительно ребенка.

3. Это состояние в свою очередь запускает наличие или отсутствие у ребенка умений и навыков делать что-то самостоятельно и системно.

Обретению родительского счастья способствует наличие трех ключевых критериев, наблюдаемых в процессе воспитания:

1. Умеет — не умеет.

2. Делает сам — не делает.

3. Регулярно или разово.

Почему важны все три позиции?

Например. Хотим, чтобы дочь помогала по дому, мыла посуду.

1. Умеет — не умеет?

Наблюдаем и делаем вывод: практически не умеет — внешнюю сторону тарелок/чашек не замечает, моет только внутри, плохо полощет, пена остается и т. д.

Что родителю нужно сделать в первую очередь? Научить мыть посуду правильно! Объяснять и показывать, пока не получит результат «умеет мыть посуду».

2. Делает сам — не делает?

Когда мы обучили, на практике убедились, что дочь умеет правильно мыть посуду, наша задача наблюдать, делает она это самостоятельно или нет.

Заметим, что задача обучить делать правильно — самая простая и легкая. Обучить делать самостоятельно и правильно гораздо сложнее!

Это как в продажах. Иногда нет совершенно никакой необходимости учить сотрудников «продавать» — улыбаться, приветствовать, выявлять потребности покупателей и т. д. Умеют они это! Но не делают. Это тоже относится к вопросу о мотивации, или, говоря попросту, «внутреннему зуду» делать самостоятельно.

Пока просто отдаем себе отчет в том, что если *умеет*, то вовсе не значит, что *будет делать*. Чаще всего на этом этапе «мотиватором» является сам родитель: его просьбы, уговоры,

требования, договоренности и так далее.

3. Делает сам регулярно или разово?

Вот она, вожделенная «финишная прямая» к родительскому счастью! Когда дочь моет посуду сама, без напоминаний, условий, уговоров и прочего. И делает это регулярно! На данном этапе участие родителя сводится к простому наблюдению за регулярностью выполнения, периодическим поощрениям и благодарностям, гордости и спокойствию.

Этот принцип работает двусторонне. Если мы хотим, чтобы ребенок был от нас как можно дольше и больше зависим, привязать его к себе, не дать ему самостоятельно реализоваться (такие задачи, хоть и не осознаваемые, тоже существуют у родителей), тогда мы не даем ребенку научиться делать самостоятельно и системно, ограждаем его, делаем за него. Мы говорим: не надо, еще успеешь, у меня лучше получится, ты еще маленький, жизнь научит и т. д. Традиционное проявление вредителя!

В результате получаем человека, полностью зависимого от нас. Без нас он ничего не может.

Или может, но уже не хочет. Ему привычней жить за счет усилий и ответственности других людей, близкого окружения.

Думаю, каждый из вас встречал таких «взрослых детей»: 40-летних сыновей, которые живут с родителями, не имеют опыта собственной семьи, потому что «никто не понимает лучше, чем мама»; или 40-летних дочерей, которые обязаны по 3–4 раза в день звонить маме и отчитываться, где и что они делают, когда придут к ужину, отпрашиваться «посидеть с подружкой» и т. д.

• **Счастье родителя — это спокойствие от самостоятельности ребенка.** Родитель хочет, чтобы его ребенок в будущем стал самостоятельным, успешным, свободным, реализовавшимся, потому что у него много собственных интересов, идей и планов на жизнь. Спокойствие за ребенка поможет реализоваться быстрее, легче, в полной мере.

• **Счастье вредителя — спокойствие от беспомощности и зависимости ребенка от него.** Внешне вредитель суетится, нервничает, рассказывает всем, как переживает о ребенке, как хочет, чтобы все было иначе, чтобы он устроил свою жизнь... Но глубоко внутри он спокоен — ребенок прочно к нему привязан и никуда не денется. «Ребенок без меня ничего не может, я всегда буду востребован(-а) как родитель, мне всегда будет чем заниматься, что решать — и от этого спокойно».

Пример из практики

Одна из участниц тренинга, мама четырехлетней на

тот момент дочки, в конце призналась: «Я очень занята, у меня есть бизнес, есть научная работа, есть хобби, много друзей, с которыми люблю общаться. Мои родители упрекают меня в том, что мало времени уделяю дочери. «Она у тебя даже не болеет, потому что знает, что тебе с ней сидеть будет некогда!» — говорят. Я иногда и правда чувствую себя виноватой… Хотя по дочке этого не видно. Наоборот, она в свои четыре года умеет делать столько, что ее сверстникам и не снилось! Мне же некогда… Она сама себе готовит с вечера одежду для садика. Если в этот день нам идти в бассейн, то собрать и взять с собой все нужное — тоже ее обязанность. Утром она без всяких «слез-соплей» самостоятельно и быстро умывается, одевается. Еще и кошку покормить успеет, если я забуду. Легко остается дома сама. Сама может лечь спать. И так далее. Раньше я думала: плохо, что мне некогда. А теперь поняла — наоборот! Это же хорошо, что у меня нет времени на игры в «страшномать», а у ребенка есть все шансы вырасти самостоятельной. Не в ущерб моим интересам.

Важно только немного иначе проводить время с дочкой. Более продуктивно. И за бесценную практику в этом вопросе вам спасибо!»

Практическое задание

Вспомните и запишите, что именно (например, в быту) ваш ребенок:

1) делает сам и регулярно;

2) умеет, но сам не делает, только по просьбе, требованию;

3) не умеет, но вы считаете, что умение делать это важно и полезно в перспективе.

Подведем итоги главы

1. Счастье — это состояние.

2. Наше состояние зависит от бессчетного множества факторов, поэтому «Бинго!» выстреливает не всегда и чаще всего произвольно.

3. Человеку важен весь спектр состояний разной полярности, важно уметь переключаться, не зацикливаться на чем-то долго.

4. Процессом переключения можно и нужно управлять. Для этого полезно знать свою «формулу счастья».

5. Родительское счастье — тоже состояние, тоже

неустойчиво и тоже имеет свою формулу.

6. Родительское счастье — это спокойствие по отношению к настоящему и будущему своего ребенка. Оценивается тем, умеет или не умеет наш ребенок выполнять необходимые действия в разных сферах своей жизни.

7. Поведение родителя управляется наличием или отсутствием состояния спокойствия относительно ребенка.

8. Счастье родителя — это спокойствие от самостоятельности ребенка. Потому что самостоятельность ребенка позволит родителю в перспективе спокойно и в полной мере жить своей жизнью.

9. Счастье вредителя — спокойствие от высокой степени зависимости ребенка. Чем выше степень зависимости, тем спокойнее и счастливее вредитель.

Глава 4. О вложениях и ожиданиях

Я инвестор или кто?

Давайте вернемся к проекту «Мой ребенок».

Постепенно нам с вами становится все более очевидно, что ошибки воспитания — не вина, а беда современного родителя.

Мир меняется, общество выставляет все больше требований к «готовому продукту воспитания»: юноше или девушке от 18 лет и старше. Чтобы «найти себя, свой путь» на современном рынке труда и отношений, они должны знать и уметь гораздо больше, чем их родители. Тем более чем бабушки и дедушки.

Современные дети практически с младенчества прекрасно управляются с гаджетами, буквально завалены игрушками, развивающими играми, спортивными секциями, хобби-курсами. Современные средства коммуникации позволяют свободно общаться с друзьями в любой точке мира. К подростковому возрасту большинство из них неоднократно побывали за границей… О таких возможностях в их возрасте мы, современные родители, могли только мечтать!

И что эти возможности дали нашим детям? Как они их используют? Что можно наблюдать? Ежедневно часы у монитора или дисплея тратятся на игры или социальные сети. Посещение курсов и секций — «из-под палки». В заграничных путешествиях вместо наблюдений за миром, другим обществом, другой культурой — все те же игры на планшете, шопинг, «Макдональдс»… Проблемы с элементарными навыками в быту, в общении со сверстниками и взрослыми, со здоровьем, с мотивацией — список далеко не конечен.

Что же мы делаем не так, если к 18 годам получаем вроде бы умного, частично образованного, местами «продвинутого», но совершенно не приспособленного, не адаптируемого и не желающего это делать (что самое печальное!) «члена общества»?

«Хотели как лучше — вышло как вышло» — такую формулировку могут позволить себе только вредители!

Настоящий родитель просто обязан работать над проектом «Мой ребенок» еще и потому, что он является в нем главным (а зачастую и единственным!) инвестором. Как любой инвестор в проекте, он рискует, вкладывает, терпит убытки. И как любой инвестор, имеет право рассчитывать на возврат инвестиций и прибыль. Так?

Чтобы стало еще очевидней, давайте вместе подумаем над тем, какие затраты мы неизбежно несем в ходе реализации проекта «Мой ребенок».

Вопрос не в меркантильности. Вопрос в здравом смысле. Ведь

в любом случае мы обязательно делаем вложения. Да, какие-то «дивиденды» мы получаем в процессе. Что-то планируем получить в перспективе, как «бонус».

Согласитесь, действительно интересно и полезно знать стоимость проекта «Мой ребенок» — чтобы четче и объективнее понимать, что за свои инвестиции родитель имеет право и обязан хотеть и получать свои «бонусы»!

«Расходные статьи» проекта «Мой ребенок»:

• деньги (кстати, кто-то считает? — интересные суммы получаются!);

• здоровье (роды, осложнения, бессонные ночи, психофизические нагрузки);

• время (время — это наша с вами жизнь; полезно конкретно знать, сколько часов в день, неделю, месяц, год вы уделяете детям);

• самореализация, социальный статус (например, хотел реализоваться как художник, хотел делать карьеру, а тут дети, подожду немного);

• усилия (наши связи, вынужденная наработка новых умений/навыков).

Расходы могут быть:

• очевидные/фактические;

• не очевидные/скрытые.

Пример

Мама уже не покупает себе нужную обувь, одежду на сезон (на сапоги латки в который раз поставила, пуховичок 10-летней давности — от пуха даже воспоминаний не осталось), зато дочери купила новомодный телефон, чтобы той «не стыдно было ходить в школу».

Очевидные/фактические расходы — сумма денег для приобретения нового телефона.

Не очевидные/скрытые расходы: время и усилия, потраченные на зарабатывание этой суммы денег, отсутствие новых сапог или пуховика, здоровье (зимой придется мерзнуть в прохудившихся вещах), отсутствие радости от обновки, самооценки относительно своей внешности и т. д.

Итак:

• Родители вкладывают в проект «Мой ребенок» гораздо больше, чем кажется на первый взгляд.

• Поэтому просто обязаны рассчитывать на «возврат инвестиций и прибыль» от проекта в виде родительского счастья

(о котором подробно мы говорили в предыдущей главе), в виде бонусов, о которых еще поговорим позже.

Время и деньги — мерила ценности

Так сложилось в современном обществе, что деньги и время — это основные мерила ценности. Если понаблюдать за жизнью любого из нас, отследить, куда, во что, в кого человек вкладывает «львиную долю» времени и денег, мы выйдем на его основную ценность.

Это же очевидно! Временем мы ограничены все одинаково — 24 часа в сутки. Количество денег тоже имеет у каждого свои ограничения — та сумма, которой мы плюс-минус ежемесячно оперируем. Поэтому жить, удовлетворяя все потребности, желания, мечтания, обязательства, вкладывать по 100 % времени и средств, не получится. Мы вынуждены распределять.

Ежедневно по нескольку раз на день мы с вами сталкиваемся с выбором: например, эти освободившиеся 2 часа вложить в бизнес (проверить-таки отчеты менеджеров за последние 2 месяца, до которых все «руки не доходят») или в себя (пойти-таки на массаж, сколько раз себе обещали, а времени нет).

Что бы выбрали вы? Ваш выбор и есть ваша ценность. Из предложенных, конечно!

Потому что кто-то может эти два часа использовать на общение с друзьями, кто-то — навестить родителей, кто-то — погулять в парке с ребенком, а кто-то — банально выспаться. На разовый выбор может влиять еще ряд факторов (самочувствие, обстоятельства и т. д.). Поэтому более объективный вывод о ценности можно сделать лишь при наблюдении регулярно повторяющегося выбора.

Некоторые утверждают, что считать, сколько конкретно денег мы вкладываем в детей, меркантильно и недостойно. Позвольте с этим не согласиться! Мы живем в материальном мире. Деньги как одно из основных мерил ценности вводили не мы. И дети, когда вырастут, будут жить в этом мире.

Да что там — «когда вырастут»?! Они намного раньше и намного лучше многих взрослых начинают «мерить» ценность отношений, поступков, статуса и прочего понятием «деньги». И если родитель не научит детей делать это грамотно, то, поверьте, найдется много желающих сделать это вместо него! По-своему. Под свои задачи. Компания, друзья, интернет-ресурсы, ТВ, родственники.

Поэтому расходную часть проекта «Мой ребенок» предлагаем просчитать с позиции двух критериев: время и деньги.

Практическое задание

Проанализируйте и запишите, сколько:

1) денег (сумма) за неделю, месяц, год вы вкладываете в проект «Мой ребенок»;

2) времени (часы) в день, неделю, месяц, год вы вкладываете в проект «Мой ребенок».

Для тех родителей, кто фиксирует расходы ежедневно, выполнить первый пункт задания не составит труда. Для тех, кто не фиксирует своих расходов, рекомендация: начните делать это в течение месяца-двух. Вы увидите реальные цифры, появится возможность их анализировать.

С критерием «время» поступаем аналогично.

Участники наших обучающих программ иногда делают для себя удивительные «открытия».

Пример из практики

Мама двух дочерей (10 лет и 2 года). Ведет свой бизнес — содержит собачий питомник.

«Первое открытие — считать финансы, которые мы вкладываем в детей. Даже удивительно, что сама до этого не додумалась! Я же столько лет в бизнесе — каждую копейку привыкла учитывать. Имею опыт: если считать «на глазок», то грань «заработал — потерял» переходишь быстро и незаметно… И это так логично — просчитать, чтобы понимать, какая сумма в месяц, например, нужна обязательно, на чем при необходимости можно сэкономить. Очень удобно и понятно.

Второе открытие — считать время. Мы с мужем весь вечер это обсуждали. Оказывается, главная ценность для меня — бизнес! Туда уходит «львиная доля» моего времени. На втором месте — муж, мы с ним партнеры во всем. И только на третьем месте — дочери. А я считала себя такой «мамой-премамой»!..

Муж смеется. «Забыла, — говорит, — как ты, беременная младшей дочкой, с «животиком» договаривалась? Не вздумай в эти даты рождаться, у нас выставка, мы к ней полгода готовились! Через неделю — милости просим!» Младшая так и родилась, как я попросила… Даже не знаю, хорошо это или плохо, что у меня такое распределение?»

Забегая наперед, скажем: это хорошо! В последней главе «Вместо эпилога: три жизненных проекта» мы более подробно поговорим об этом.

На данном этапе нам важно осознать, прикинуть, посчитать, во сколько на самом деле обходится нам проект «Мой ребенок».

Часто родители считают, что ребенок сам все видит и понимает. Ничего подобного.

> Важно и полезно (в свете всего вышесказанного) показывать детям, что мы для них делаем каждый день.

Для ребенка все, что его окружает, чем он постоянно пользуется, во что одет, что ест, где живет, как отдыхает и т. д. — данность, то, что само собой разумеется. Деньги у папы в кармане, у мамы в кошельке. Еда — в холодильнике, на столе. Чистое белье — на полке. Поэтому говорить ребенку каждый день, что мы для него делаем, очень важно и полезно.

Не как «упрек», нет! Как констатация факта — очевидного для вас, но не очевидного для маленького человека.

Поверьте, для многих детей это открытие, когда они осознают, что вы постоянно, ежедневно вкладываете усилия, время и деньги, чтобы он мог здесь и так жить, иметь крышу над головой, достойно одеваться, вкусно питаться, интересно проводить время и т. д.

Нужно показывать, что любить — это не просто говорение, а конкретное поведение: готовлю ужин, стираю и глажу вещи, убираю в квартире, зарабатываю деньги, чтобы оплатить это. Я вкладываю свое время, усилия и деньги в тебя и в твою жизнь. Это и есть забота, любовь! А что можешь делать ты, проявляя свою любовь и заботу обо мне?

Если родители постоянно что-то делают для благополучия всей семьи, то они вправе и от ребенка ожидать в этом посильного участия. Очевидно, мы не рассчитываем на то, что он сейчас пойдет зарабатывать деньги. Но он может сделать посильный вклад в вашу общую семейную любовь и заботу. Например, убрать и помыть за собой посуду, навести порядок в своей комнате, самостоятельно решить возникающие вопросы в школе. Ведь свои вопросы на работе родитель решает сам. Тогда почему он должен переключаться на школу и решать то, что ребенок может решить самостоятельно?

Очевидно, мы не требуем от ребенка того, чего он не может еще делать! Только посильное — «умеет — не умеет»? Мы обучаем разделению ответственности и умению брать ее на себя. А это одно из основных умений для будущей взрослой жизни!

Об умении брать на себя ответственность впереди нас ждет целая глава. Пока же вернемся к теме «Дети — инвестиции в будущее» и попробуем разобраться, чего родители ожидают от этих инвестиций.

Об ожидаемых бонусах

Стоимость и расходы по проекту «Мой ребенок» определили. А ради чего его затевали?

Любителям рассуждать о «стакане воды в старости» эта часть книги будет очень полезна.

Есть наблюдение, что какие-то бонусы мы получаем от наших детей регулярно и системно, «по умолчанию», по ходу так называемой реализации проекта. А каких-то бонусов ожидаем в перспективе.

Например: удовольствие от родной, умильной мордашки, которая кокетничает или серьезничает, восторг от «гениальных фраз» любимого чада, гордость за его «достижения» в детском саду и школе. Есть еще переживания, бессонные ночи, когда ребенок болеет или у него что-то не ладится. Конечно, такое нас не радует. Но смысла, стимула нашей жизни добавляет значительно. А какое облегчение и внутреннюю гордость мы испытываем, когда неприятности проходят!

Это и есть те самые регулярные бонусы. И они, заметьте, гарантированные.

Говоря профессиональным языком, дети регулярно и гарантированно дают нам:

• эмоции (не важно, положительные или отрицательные, главное — чтобы были);

• самооценку (за кого я себя считаю и как об этом думают, говорят окружающие люди).

Именно этими двумя позициями ребенок регулярно и гарантированно «оплачивает» вкладываемые в него усилия. Надеемся, вы не считаете серьезно за «оплату» его помощь вам по его же жизненному обеспечению?! Например, почистил картошку, помыл после себя посуду, убрал в своей комнате и так далее.

А что с перспективой? Каких бонусов мы ожидаем для себя в будущем? Что для вас условно является «стаканом воды в старости»?

И вот опять. Хотим же себе от них чего-то! Точно хотим! А до конца не осознаем, формулируем туманно, считаем это мелочным и не важным… Дети вырастут — поймут, оценят, сами предложат, сами дадут…

Да, существует такая вероятность. Но только как вероятность. Не более.

Поэтому перспективные бонусы от проекта «Мой ребенок» ожидаемые, но не гарантированные.

Хотите повысить степень гарантии? Просто помечтайте.

Помечтайте и запишите.

Практическое задание

Задумайтесь о «стакане воды в старости»… (Шутим, конечно!)

1. Подумайте, помечтайте, чего бы вам хотелось получать от ваших детей, когда они станут взрослыми. С учетом того, что и вы станете, мягко говоря, старше. Получите удовольствие от этого! Ощутите, как приятны эти бонусы!

2. Запишите то, что увидели в своих мечтах. На всякий случай, напоминаем, что понятия «внимание», «забота», «помощь» и прочие важно сформулировать согласно критериям «вижу — слышу — чувствую».

Кто заметил, что после этого задания повысилась мотивация, появилась осмысленность, желание заниматься проектом «Мой ребенок», вкладывать в него?

Четкая и осознанная перспектива — великая движущая сила для людей!

Надеемся, на этой стадии у всех есть понимание важности здравого смысла и практичности в подходе к проекту «Мой ребенок». К этому и перейдем в следующей главе.

Подведем итоги главы

1. Проект «Мой ребенок», как и любой другой, предполагает неизбежные вложения, затраты.

2. Основными (иногда единственными) инвесторами в проекте «Мой ребенок» выступают родители.

3. Инвестиции бывают очевидными и скрытыми, следовательно, фактически родители вкладывают в проект «Мой ребенок» гораздо больше, чем кажется на первый взгляд.

4. Поэтому рассчитывать на «возврат инвестиций и прибыль от проекта» — право каждого родителя.

5. Деньги и время — это основные мерила ценности в современном обществе. Полезно фиксировать и анализировать, сколько системно вкладываем в проект «Мой ребенок».

6. Бонусы проекта «Мой ребенок»:

• регулярные, гарантированные — эмоции и самооценка;

• перспективные, ожидаемые, но не гарантированные — родительское счастье и «стакан воды».

7. Здравый смысл и практичный подход к проекту

«Мой ребенок» повышает родителям степень гарантии перспективных бонусов.

Глава 5. Цель проекта «Мой ребенок»

Нет цели — нет проекта

Проект начинается с формулировки его цели. Нет цели — нет проекта. Без цели движение хаотично. Есть цель — движение целенаправленно.

Одно дело — просто бродить по городу, и это можно делать бесконечно. Другое дело — нужно купить хлеб. Сразу появляется предполагаемое место покупки, прокладывается маршрут движения.

Мы утверждаем, что родитель не имеет 100 % влияния на результаты воспитания своего ребенка. Не надо строить иллюзий! В противном случае родитель должен 100 % своего времени уделять ребенку, и больше никто не имеет право участвовать в процессе воспитания.

Однако в процессе воспитания, кроме родителей, прямо или опосредованно, участвуют другие люди (бабушки, дедушки, братья, сестры, родственники, друзья, соседи), социальные институты, общественные организации, СМИ, литература, интернет, социальные сети.

И ни один профессионал не возьмется утверждать, что именно из перечисленного является главным, формирующим конечный результат фактором, основным толчком, самым важным примером в воспитательном процессе. Это может быть пример родителей. А может — пример героя из комиксов. Или из мультфильма, о котором уже никто и не помнит. Пытаться это предсказать — как пытаться угадать «6 из 36». Шанс есть, но… очень призрачный.

При этом оплачивает и отвечает за «конечный результат» перед обществом, окружением, самим собой (и даже ребенком!) родитель.

Представьте себе, что вы решили приготовить обед на площади огромного железнодорожного вокзала. Под открытым небом. На костре. В климатической зоне с непредсказуемой, резко и постоянно меняющейся погодой. Всем проходящим мимо и просто желающим разрешено участвовать в этом процессе. Дров очень мало. Продуктовые магазины далеко. И вас еще по телефону будут постоянно отвлекать — например, по рабочим вопросам.

Но за результат — обед к 14.00 — отвечаете вы!

И вы знали об этих условиях заранее, но даже не побеспокоились прояснить для себя, что именно будете готовить. Не сформулировали четкую цель с учетом условий, возможностей, времени. А прохожие, из искреннего желания

помочь вам, советуют:

— Рыбу готовь! Рыба быстрее всего получается, меньше дров потратишь.

— Салат надо! Для него вообще дрова не нужны. И полезно для фигуры.

— Рыба, салат… Глупости! На обед обязательно должно быть «первое, жидкое, горячее». Иначе что люди скажут? Это уже и не обед будет… Ставь котелок, борщ будем варить. Я помогу — 5 минут до поезда у меня еще есть.

— А компот?! Мы всегда обед компотом запивали! Беги за фруктами, я пару минут подежурю, чтобы костер горел и не выкипело все. Дольше не могу — мне на электричку.

И люди все хорошие, и помочь хотят искренне, и даже что-то делать иногда готовы.

И вы стараетесь, от помощи не отказываетесь, прислушиваетесь к советам. Во-первых, самому не справиться, во-вторых, вдруг, и правда, опытные попадутся, что-то дельное посоветуют? Только пока за продуктами бегали — костер погас, пока по телефону рабочие вопросы решали — борщ выкипел, пока между рыбой или салатом метались — время потеряли.

Что получилось на обед в итоге?...

Так это единичный случай, «разовая акция», один день можно и не пообедать… А если перенести эту метафору на процесс воспитания, который растянут на десятилетия?

Постановка цели в проекте «Мой ребенок» позволяет не только «держать курс», не сбиваться в пути, но и отсеивать ненужное, порой вредное, настаивать на важном, распределять и экономить ресурсы.

Условно к 18 годам (кто-то раньше, кто-то позже) наши дети начинают «сдавать экзамен обществу» на выживаемость, адаптивность и приспосабливаемость. И общество в этом смысле очень объективно. Тех, кто готов, легко «встраивает» в себя. Такие молодые люди самостоятельно находят себе работу, самостоятельно строят отношения с друзьями и противоположным полом, самостоятельно (очевидно, отдельно от родителей!) живут, обустраивают быт, распределяют бюджет. Помните: ключевое слово — САМ.

> Мы помним, что основная задача родителя — воспитать и обучить ребенка так, чтобы ему было легко и просто адаптироваться в современном обществе.

Тех, кто не готов, кто не сдал «экзамен обществу на самостоятельность», «возвращают» назад. Родителям. На доработку. На переделку. Получится доработать, переделать,

сдаст ребенок «экзамен на самостоятельность» — уйдет во взрослую жизнь. Не получится — так и останется с родителями. Жить в их доме, за их счет.

Есть еще и промежуточные варианты — частично самостоятельный. Например, с работой получается самостоятельно, общество ставит «зачет» и принимает на работу. А с бытом или отношениями — нет. Живут такие дети с родителями, дружат с ними же, своей семьи не имеют.

Напоминаем, что нет правильного или неправильного варианта развития событий. Каждый имеет право на существование.

Критерий только один: чего на самом деле хотел родитель? То ли он получил, чего хотел?

Понятие «самостоятельность» очень субъективно для большинства из нас. Для одних умение пользоваться ложкой в 20 лет — признак самостоятельности. А для других самостоятельность ребенка — это отдельное проживание, собственный доход и еще периодическая финансовая помощь родителям.

Пример из практики

Женщина на консультации рассказала, что проблем с учебой сына никогда не имела. В младших классах помогала, контролировала. Когда он перешел в старшие классы, она заметила, что совсем не понимает, учит ее сын уроки или нет, правильно он это делает или нет. Современная программа часто ставит в тупик родителей.

Но в школу не вызывают. Приходит на собрание — говорят, что все в порядке. Средний балл получает. Претензий к учебе нет. Значит, все хорошо.

Это потом, когда он окончил школу, повзрослел, рассказал маме, что ходил к учителям и договаривался: кому-то доску прибивал, кому-то в кабинете мебель переставлял, кому-то цветы пересаживал и т. д. Такой себе «мальчик-помогай». Ему за это оценки завышали. Да, отличником не был, но эти оценки и его, и родителей устраивали. Дальше учиться не захотел — пошел работать. Живет самостоятельно. Все довольны.

Иногда, поставив цель проекта, родители решают для себя, что это навсегда.

Даже мы с вами не навсегда…

Если вы сейчас сформулировали долгосрочные цели проекта «Мой ребенок», это не значит, что их нельзя корректировать, менять, добавлять или убирать.

Хотим подчеркнуть двумя жирными красными линиями — ничего не бывает навсегда!

«Настройки воспитания» должны быть базовыми, под наше общество. Позже, на их основе, можно вводить более тонкие дополнения.

«Базовые настройки» должны устраивать нас как родителей. Ведь мы в них вкладываем свое время, здоровье, энергию и деньги. Это прежде всего НАШ проект а не соседей и общества. Поэтому, если вы вкладываетесь в «красный диплом» ребенка, то для себя должны понимать: зачем это нужно вам и ему? Без такого понимания, чаще всего (как показывает опыт и практика), это зря потраченные усилия и время.

Вернемся к тем долгосрочным целям, которые вы формулировали в первой главе.

С учетом того, что вы уже знаете о конкретике и ее важности для достижения цели, и если представить себе, что ребенок — это проект (долгосрочный, дорогостоящий, перспективный), то, соответственно, *каких целей мы предполагаем в этом проекте достичь*?

Практическое задание

Напишите свой вариант целей проекта «Мой ребенок» на перспективу о том, каким хотите видеть его (ее) в 18 лет, в категориях «вижу — слышу — чувствую». За точку отсчета возьмите «здесь и сейчас», т. е. тот возраст и тот уровень социальных отношений, которые уже есть.

Подсказка

Цели будут дробиться. Родителям, детям которых полгода-год, взглянуть на 18 лет наперед будет сложно. Но нужно. Мы в большей степени говорим о направленности. Потом их можно корректировать. Но если вы их не ставите или не осознаете, то и корректировать нечего. Тем родителям, детям которых 10–14 лет, легче представить 18-летие своего ребенка. Но выполнить задание должны все. Родители, дети которых уже приближаются к отметке 18 лет или старше, у вас самое интересное! Ваш проект почти реализован. Пока для практической работы возьмите перспективу +5 лет к имеющемуся возрасту.

Напоминание

Проверьте правильность того, что вы сделали: у вас должен сложиться внутренний образ, фильм, в котором

ваш ребенок вот так выглядит, говорит, делает. Вы смотрите на это, вам это нравится, вы им гордитесь, и вам от этого спокойно. Счастье!

Навыки в разных областях жизни

> Задача воспитания — обучить ребенка необходимым и достаточным навыкам, умениям, дать знания и опыт во всех четырех сферах жизни как базу для дальнейшего развития в самостоятельной жизни.

Ребенок должен получить опыт и навыки в следующих сферах жизни:

1) здоровье;
2) быт, материальные блага;
3) карьера, социальный статус;
4) отношения, любовь, дружба.

Некоторые теории предлагают делить на шесть и более сфер. Очевидно, деление может быть и более подробным. Наша задача не усложнить и запутать, а, наоборот, разложить на составляющие и упростить для понимания и пользования родителями. Поэтому приведенной градации вполне достаточно.

Зачем? Так оптимально решается задача адаптации и выживания в обществе.

Если мы чего-то хотим в жизни, это обязательно попадает в вышеперечисленные четыре сферы. Родителям тогда спокойно, когда у ребенка есть базовые знания и умения во всех сферах. Развивать их дальше легче, есть на что опереться. Ведь в детском возрасте психика и тело намного пластичнее и мобильнее, чем в более взрослом. Если ребенок, например, в детстве не занимался спортом и не развивал тело, то начать это делать в 20 лет тяжело и сложно, а в 40 — практически невозможно.

База умений закладывается в детском возрасте. Но многие родители говорят иначе, мол, его жизнь научит. И делают основной упор, например, на учебе. А во всем остальном у ребенка возникает пробел.

> **Пример из практики**
>
> К нам обратился отец с просьбой помочь в отношениях с сыном-подростком. «Он талант. Все учителя в школе с этим согласны. Он одинаково отлично преуспевает в гуманитарных науках и языках, в физике и математике. Китайский язык начал сам учить, представляете? Когда начинаются олимпиады, его «на части рвут» — каждый учитель хочет, чтобы он представлял школу по его предмету. Победы в городских, областных олимпиадах для нас уже и не

достижение — норма. Но вот беда — у него совсем нет друзей! Только мальчик, который живет в нашем подъезде и знаком с ним чуть ли не с пеленок. Они вместе обсуждают какие-то компьютерные игры. Да и то — чаще по телефону… Мы с женой раньше думали, что в этом нет ничего страшного: подрастет, научится общаться, дружить. Но со временем стало только хуже: одноклассники — «безмозглые качки», одноклассницы — «тупые курицы». Отправляли на языковые курсы в надежде, что там с кем-то сдружится. Он сказал: «Интересно только с преподавателем, остальные “слабаки”». Раньше мы были его лучшими друзьями, а сейчас в его представлении тоже «не тянем»… Спортом заниматься ему нельзя — проблемы со здоровьем с детства. Мы его всячески ограждали, опекали. Я с себя ответственности не снимаю, понимаю, что иначе надо было подходить к вопросам здоровья и дружбы. Но что теперь делать? Может, ему нужно посещать какие-то тренинги, чтобы научиться общаться? Подскажите!»

В этом примере мы имеем типичное проявление дисбаланса в постановке долгосрочных целей проекта «Мой ребенок».

Вопрос «что теперь делать?» поставлен неправильно. Не делать — переделывать. А переделывать (всегда и во всем) в разы тяжелее, дольше, затратнее. В некоторых случаях — невозможно. Особенно когда сами дети считают, что у них «все хорошо», а проблемы — у окружения, которое «не тянет» общение с гениальностью.

Пришло время разобраться с понятиями «знать» и «уметь».

Опыт свидетельствует о том, что:

1. Далеко не все знания человек применяет на практике (он знает, как ездить на роликах, ему подробно, в деталях это рассказали, даже показали, но нет никакой гарантии, что когда-либо ему это знание понадобится).

2. Если человек однажды решит реализовать свои знания на практике, то не факт, что у него сразу получится (решил он через 5 лет после «мастер-класса» встать на ролики — ноги разъезжаются, равновесие не держит, упал).

3. Если человек подкрепил знания собственным опытом делания (желательно многократно), получил умение, сформировал навык — можно быть уверенным, что даже через 5–10 лет он сможет это «вспомнить» и сделать (если он после «мастер-класса» пробовал, делал и научился кататься на роликах, то умение останется, и тело «вспомнит» его даже через 10–15

лет).

4. Если человек не знает, как делать «правильно», но регулярно делает, методом «проб и ошибок» набирает опыт, у него формируется умение, которое через время станет прочным навыком. Даже если он по-прежнему не будет знать, как правильно (сам учился кататься на роликах, падал, вставал, опять падал, пробовал по-другому… в итоге научился).

Мы выбрали в качестве примера «уметь» катание на роликах (физическое умение, умение делать телом) для более яркой и очевидной демонстрации. Но пусть это не вводит вас в заблуждение. «Уметь» — это не только о «делании телом». Вся мыслительная и эмоциональная (то есть внутренняя) жизнь человека тоже может быть отнесена к «уметь». Уметь принимать решения, сопереживать, планировать, контролировать себя, строить отношения с собой и другими — далеко не весь список того, где во взрослой жизни полезнее будет опыт, а не знания, «как нужно делать правильно».

> Вывод: можно ЗНАТЬ, как правильно, но НЕ УМЕТЬ это делать. А можно НЕ ЗНАТЬ, как правильно, но УМЕТЬ и ДЕЛАТЬ.

О чем мы? О том, что когда речь идет о взрослой жизни, мы стараемся в партнеры по работе и отношениям искать тех, кто умеет — дружить, работать, помогать и прочее. В зависимости от наших задач. На практике умеет делать, а не просто рассказывает, что знает об этом. И это логично. Это экономит нам силы, время, деньги.

Когда речь заходит о воспитании детей, родителю начинает изменять здравый смысл. Он свято верит, что чем больше ребенок будет знать, тем больше он будет уметь в будущем.

> Ребенок тем больше будет уметь в будущем, чем больше знаний он пропустит через личный опыт, чем больше научится делать.

Нет такой связи, уважаемый родитель!

Мы рассматриваем навыки, которым хотим обучить, с точки зрения вопросов: «Как это поможет ребенку в будущем?», «Как эти знания и умения облегчат его самостоятельную жизнь?».

Поэтому мы настаиваем на комплексном развитии во всех сферах жизни.

Дисбаланс в развитии приводит к тому, что «экзамен на самостоятельность» обществу ребенок не сдаст в полном объеме. И тогда перед родителями возникнет новая задача —

переделывать. Или учиться «тянуть» общение с тем «талантливым результатом» своего проекта, который получился.

Важно! Цели проекта должны быть осознаваемые и сбалансированные в отношении всех сфер жизни.

Посмотрите в зеркало, оглянитесь вокруг! Мы все разные. И все мы — чьи-то реализованные проекты. Дисбаланс, заложенный в детстве, достаточно сложно откорректировать во взрослой жизни. Иногда на это уходят годы, десятилетия. Иногда он так и остается нашей «индивидуальной особенностью».

Мы не утверждаем, что если вы поставите долгосрочные цели сбалансировано и будете развивать и обучать ребенка разносторонне, во всех областях, то никаких перекосов не будет. Не все, что происходит в жизни ребенка, подконтрольно родителям. В следующей главе мы будем говорить о границах проекта и разберемся в этом вопросе досконально.

Но мы утверждаем, что осознанный подход, целенаправленные действия родителей позволят увеличить шанс не перейти нечаянно на позицию вредителя, который замечает перекосы и дисбаланс уже по факту. Если замечает вообще.

Практическое задание

Вернитесь к прописанным долгосрочным целям проекта «Мой ребенок» и рассортируйте их по перечисленным выше четырем сферам. Если в какой-то из них вы заметили большее количество целей, чем в остальных, полезно отредактировать это — сбалансировать.

Миф о «важности самостоятельного выбора жизненного пути ребенком»

Предполагаем, что на этой стадии прочтения многие родители уже неоднократно задавались вопросами: «Как же я поставлю долгосрочные цели за ребенка? А вдруг они ему не подойдут? Вдруг не совпадут с его целями в будущем, помешают определить свой жизненный путь?»

Тема «важности выбора жизненного пути самим ребенком» настолько раздута и прокачана в современном обществе, что одной главой об этом не обойтись.

С другой стороны, оставить нашего читателя без хотя бы общего видения данного вопроса, с точки зрения нашей, авторской модели, было бы тоже неправильно. Расставим акценты и определим приоритеты. Опять же, с позиции здравого смысла.

Пример из практики

Мужчина средних лет обратился к нам по поводу помощи в открытии собственного бизнеса. Много лет работал в частной клинике наемным специалистом, мечтал «уйти в свободное плавание», но не решался. Казалось бы, все для этого есть, но… страшно.

Как-то в процессе работы с ним спросил, занимаемся ли мы вопросами «профориентации школьников»:

— Мой сын выпускник. Я дал ему задание до нового года определиться с выбором дальнейшего жизненного пути. Не хочу, чтобы он потом меня упрекал, если что-то в его жизни сложится не так. И теперь у нас с ним ссоры и скандалы — он сопротивляется, не хочет выбирать, капризничает, когда напоминаю, что время идет. А я не хочу на него «давить», считаю, что ребенок сам должен определиться, выбрать свой путь. Как мне найти к нему подход? Может, вы поможете?

Уважаемый читатель, вспомните, кем вы хотели быть по профессии, когда учились в школе? Только честно вспомните — это же не для цензуры, никому об этом говорить не надо, только себе. И сопоставьте с тем, кем вы стали сейчас. Совпало?

Мысленно оглянитесь на пройденный жизненный путь. Пока только с точки зрения профессионального выбора и самоопределения. Могли бы вы в 15–16 лет определить, что все сложится именно так?

Например, авторы этой книги имеют по несколько высших

образований в педагогической, психологической и экономической области. Опыт работы наемными сотрудниками, владельцами бизнесов, фрилансерами. И даже мысли не допускают, что это предел возможностей или нынешний выбор окончателен.

> Никто из нас, взрослых, опытных, бывалых, не может быть уверен окончательно и навсегда, что завтра его профессиональный путь будет таким же, как сегодня.

Уверены, что у каждого читателя есть своя «история профессионального пути». И у многих история еще пишется, последняя точка не поставлена. Ведь мы живем, движемся, развиваемся, стремимся. Порой банально приспосабливаемся по необходимости к жизненным обстоятельствам. Порой принимаем осознанные и спланированные решения.

Так почему же мы ждем такого выбора от своих детейподростков? Где взяли уверенность в том, что *им* это под силу? Кто нам сказал, что мы имеем право взвалить на несформировавшиеся плечи наших детей непосильную ношу ответственности за выбор, который «однажды и навсегда» правильно сделать просто невозможно?

Помните, мы уже писали об этом: сначала научи ребенка делать нечто, проверь, умеет или не умеет, и только потом жди самостоятельного делания.

Мы категорически против иллюзии «выбора пути самими детьми». Ведь по опыту знаем, что ни к чему, кроме скандалов, неврозов, потерянного времени и сил это не приводит.

Дети нуждаются в активной помощи родителей в этом вопросе, как ни в одном другом. Активной не с точки зрения безапелляционного и внезапного утверждения («Ты будешь тем-то!»), хотя иногда в сложившейся ситуации это единственно правильное решение.

Активность будет заключаться в регулярном наблюдении за проявлением способностей наших детей в разных сферах жизни. А помощь — в воспитании умения пробовать разное, определять, что получается лучше, и формировании основной заданности, вектора, следовать которому у вашего ребенка получится легче и проще всего. Хотя бы вначале, на старте. Дальше он разберется сам, в свое время. Как большинство взрослых. Как мы и как вы.

Миллионные голоса со страниц соцсетей, с экранов СМИ, с трибун кафедр настаивают на том, что «уважающий себя родитель» должен отдать этот выбор ребенку. Мы называем это «масштабным вредительством». И осознаем непривычность нашего подхода к этому вопросу на общем фоне. Поэтому просто предлагаем: наблюдайте. Наблюдайте за ситуацией у друзей и

знакомых. Сравнивайте. Думайте.

Вернемся к примеру об отце и сыне. Первое, что мы сделали — это показали отцу, с позиции здравого смысла, что сын не просто «капризничает». Он действительно не имеет «необходимого и достаточного» инструментария (личного опыта, умения собирать и анализировать внешнюю информацию, сопоставлять и делать выводы, наблюдать и анализировать свои способности, наличие нужных ресурсов и прочее) для такого выбора. Как и сам отец не имеет его для окончательного выбора между собственным бизнесом и наемным трудом. Только отец в 40 лет не может принять решение самостоятельно, а от сына требует такого поступка в 15 лет. Свое обращение за помощью к специалистам отец считает правильным и логичным, просьбы сына о помощи — капризами.

После серии консультаций с сыном, в ходе которых мы детально (с домашними заданиями и экспериментами) разбирали все «плюсы» и «минусы» желаемых направлений (что именно нужно будет делать большую часть времени, работая по этой профессии, сможет ли он, интересно ли, есть ли для этого способности, каких не хватает, где взять), парень решил идти учиться на программиста. *«Больше всего мне понравилось, что я теперь понимаю, по каким критериям выбирать и как это делать. И то, как вы сказали, что это не приговор — всегда можно изменить!»*

Если у кого-то из родителей возникло желание пересмотреть долгосрочные цели проекта «Мой ребенок» с учетом того, что прочли выше, сделайте это. Лишним не будет.

Подведем итоги главы

1. Нет цели — нет проекта.

2. Нет цели — движение хаотично. Есть цель — движение целенаправленно.

3. К 18 годам (кто-то раньше, кто-то позже) дети «сдают экзамен обществу» на выживаемость и адаптивность, умение встроиться в общество, стать самостоятельными и полноправными его членами не по документам, а на деле. Одним словом, сдают экзамен на самостоятельность.

4. Основные аспекты жизни в обществе, в которых детям важно иметь базовые знания и умения:

- здоровье;
- быт, материальные блага;
- карьера, социальный статус;
- отношения, любовь, дружба.

5. Цели проекта «Мой ребенок» должны быть сбалансированы по всем четырем аспектам.

6. Задача воспитания — обучить необходимым и достаточным знаниям и умениям, дать опыт во всех четырех аспектах как базу для дальнейшего развития в самостоятельной жизни.

7. Дисбаланс в воспитании детей приводит к дисбалансу во взрослой жизни. Посеешь привычку — пожнешь характер.

8. Ребенок тем больше будет уметь в будущем, чем больше научится делать в детстве.

9. Полезно постоянно соотносить свое нынешнее поведение с ожидаемыми долгосрочными целями проекта «Мой ребенок».

10. Делать — не делать, так — не так, правильно — неправильно… Во всех сомнительных ситуациях вспоминайте долгосрочные цели и соотносите с ними.

11. Дети не имеют необходимого и достаточного инструментария для самостоятельного выбора жизненного пути. Обязанность родителей — помочь им в этом.

Глава 6. Границы проекта «Мой ребенок»

О нерушимости границ

Вы замечали, что любое государство начинается с того, что четко определяет свои границы (на суше, воде и даже в воздухе!) и вкладывает огромные усилия, средства на их поддержание и защиту? А заканчивает свое существование любое государство в момент исчезновения этих границ. Нет границ — нет государства!..

Вы замечали, как становится спокойно на душе, как физически расслабляет чувство защищенности, когда вокруг того, чем ты дорожишь, во что вкладываешь свое время и силы, есть высокий и прочный забор?

И наоборот, как неспокойно и неуютно становится нам, когда забор ветхий или его нет вовсе? Непонятно, мое это или нет? Если мое, то как об этом узнают другие — забора-то нет!

> Вывод: Если вокруг того, что нам дорого, есть «граница, забор», то нам с вами становится внутри спокойно и понятно. Если граница неустойчивая, не надежная, иллюзорная, то мы беспокоимся, суетимся, теряем время и силы впустую.

Отсюда вытекает вопрос: с вещественными границами все более или менее ясно — поставь забор, укрепи окна-двери и спи себе спокойно. А что делать с теми областями нашей жизни, в которых заборов не поставишь? Например, семья, карьера, здоровье, деньги. Где тут границы? Может, и нет их там вовсе? А если есть, то как отследить, поддерживать, чтобы чувствовать себя в этих важных областях своей жизни спокойно и под защитой?

Вопрос хороший! И на него есть ответ.

> **Пример из практики**
>
> Перед своими тренингами мы обычно просим организаторов собрать краткие запросы от зарегистрировавшихся участников, чтобы на тренинге не тратить на это время, а предлагать примеры по актуальной для присутствующих тематике. Был такой запрос: «Дома просто ад, скандалы и бесконечные выяснения отношений «всех со всеми». Живем втроем — я, муж, сын-школьник. 15 лет и до последнего года все было спокойно. Год назад в очередной раз развелась и осталась одна мама мужа — свекровь. Сначала никто не

придал этому значения. Но потом началось то, что переросло сейчас в домашний ад. Свекровь звонит своему сыну по 10 раз на день, подробно рассказывает о самочувствии и бытовых мелочах, сериалах и соседях. А во время разговора выясняет, «что и как у вас там»… И дает материнские советы: как правильно обходиться с женой и сыном, с деньгами и бизнесом, здоровьем, друзьями и прочим. В результате то, что сначала выглядело безобидным «заигрыванием» и отвлечением мамы от одиночества, переросло в «мама права — меня не ценят, со мной не считаются, меня кормят чем попало и заездили совсем, вас нужно держать в “ежовых рукавицах”»… Жена пробовала напоминать, что все 15 лет мы так жили, и было хорошо. Ничего не помогает! 10 звонков в день делают свое. Как быть?»

Что напоминает эта ситуация, уважаемый читатель? Давайте, чтобы было легче, сравним эту семью с государством, например. Маленьким, но все же.

Жило себе 15 лет маленькое государство. Были там свои жители. У них сложились свои законы и правила, праздники, ритуалы и привычки. И жили они, не тужили, пока не появился в этом государстве чужеземец. Он даже не появился лично. А появился только его голос. И слышали его не все, а только глава государства. Стал голос чужеземца рассказывать, что правила государства глупые, ритуалы дикие, праздники жиденькие, а законы слишком демократичные. И началась в маленьком государстве борьба за «мою справедливость». И те законы, правила, ритуалы и привычки, которые создавались и поддерживались всеми жителями, стали меняться, ломаться и высмеиваться одним. Вопрос: как долго смогут жить остальные жители в таких условиях? А если добавить, что остальные жители тоже слышат «голоса»… Но только другие…

Какое будущее ждет это маленькое и некогда по-своему счастливое государство?

Вот и пришли мы к тому, с чего начали, — к границам.

Не горевали бы сейчас «жители», если бы в свое время это маленькое государство «семья» четко определило, застолбило и охраняло свои границы. И не только территориальные! Свекровь-то в другом городе живет и в гости к ним не появляется. Тогда какие границы нарушены? Помните, «на суше, на воде и даже в воздухе»?

Границы семьи должны проходить всюду, где могут быть нарушены внутрисемейные интересы.

Проложить и поддерживать их нужно, в первую очередь, в собственной голове.

Определить, что границы моего маленького государства «семья» — это взаимодействие трех (подставьте свое количество) людей, общие интересы, права и обязанности, общие законы и ритуалы, праздники и привычки. Которые существуют, поддерживаются, соблюдаются и выполняются всеми членами этой семьи. Любую внешнюю попытку изменить существующие или внедрить новые правила нужно рассматривать как «посягательство» на суверенитет и нерушимость границ семьи.

И решение «присоединить» к этому государству дополнительную «область» — интересы, мысли, привычки и понятия еще одного человека (пусть даже родного по крови!) — должно учитывать мнение всех. Потому что любое изменение границ затронет интересы каждого жителя. Невольно, частично — не важно! Факт остается фактом.

Вот это и есть установленная граница семьи. А ее зыбкость, непрочность или местами отсутствие неизбежно влечет склоки, обиды, скандалы, разводы — «государственные конфликты и очаги напряженности».

В конце этой главы мы еще вернемся к вопросу границ семьи и важности «внутренних договоренностей» для успешной реализации проекта «Наш ребенок».

Итак, в каких рамках происходит процесс воспитания детей, какие есть границы проекта «Мой ребенок».

1. Граница «Я» — физическое тело снаружи и изнутри + внутренний мир (эмоции, интересы, желания, личный опыт и т. д.).

2. Граница «Место, где я живу» — личные вещи, комната, квартира. Ребенок становится старше, и в его пространство мы начинаем вносить его личные вещи, комнату, квартиру.

3. Граница «Отношения и общение “первого круга”» (мама, папа, брат, сестра). Отношения с людьми, которые живут в одной квартире с ребенком.

4. Граница «Отношения “второго круга”» (бабушки, дедушки, родственники). Родственники, друзья, которые не живут с нами в квартире, но с которыми мы регулярно общаемся, у которых периодически гостит ребенок.

5. Граница «Отношения “третьего круга”» (друзья, соседи, одноклассники и т. д.).

6. Граница «Общество» — детский сад, школа, учебные заведения, рабочие коллективы, государственные учреждения, общественные организации, социальные сети, интернет, СМИ.

В этих границах проходит процесс воспитания ребенка —

реализация проекта «Мой ребенок».

Подумайте, в каких границах вы можете влиять больше, а в каких меньше.

Основные границы проекта — три первых.

Почему именно в них?

Потому что в этих границах родитель реально *имеет возможность влиять.*

• **Родитель имеет возможность влиять только в границах «Я», «Место, где я живу», «Отношения и общение “первого круга”».**

Во всех остальных начинают включаться дополнительные «силы», которые не всегда имеют общую с вами цель по отношению к ребенку, а зачастую — и диаметрально противоположную.

• **Во всех остальных границах контроль и возможность влияния у родителя или ограничены, или отсутствуют совсем.**

Он может наблюдать и предполагать. Например, ребенок принес из садика рисунок, папа с мамой думают: «В садике с ним занимаются рисованием». Руки-ноги целы, значит, присматривают. Все. О том, что происходит в стенах воспитательных учреждений буквально и ежедневно, мы с вами *не знаем*, а только *предполагаем.*

Сюда же относятся интернет, социальные сети, телевидение, компании друзей и прочее.

В этих границах мы не можем сделать так, чтобы взаимодействие с нашим ребенком проходило, как мы того желаем.

Есть только рамки трех границ, где мы можем применить наше влияние в полной мере. Во всех остальных все очень зыбко, наши позиции не устойчивы.

Для чего нужно определить границы проекта «Мой ребенок»?

Для того, чтобы понимать, где мы можем реально повлиять на воспитательный процесс, и должны это делать, учитывая нашу цель.

Границы — это еще и ограничения, то есть правила и запреты. Без жестких ограничений в ключевых позициях результата не будет.

Критерий определения правил и запретов один — *помогает* или *мешает* формированию способности адаптироваться и выживать в этом мире.

Подробно и полно о правилах мы поговорим в главе «Права и обязанности. Ответственность».

На этом этапе полезно понять, что без наличия правил

и запретов» границ не бывает.

Пример из практики

Женщина жалуется, что у ее трехлетней дочки появились проблемы с «хождением в туалет» — на горшке капризничает, сходить не может, потом бегает, играет... и приходит с мокрыми колготами. Недели две такое. До этого давно уже приучили к туалету, проблем не было. Мама возмущается. Спрашиваем: «К урологу ходили?». На что мама удивленно: «Зачем? У нее ничего не болит! Она бы пожаловалась, если бы болело!»

Забывая при этом, что ребенку всего три года и в этом возрасте дети не способны еще отследить конкретно место в теле, где находится источник боли. Это может выражаться, например, общим физическим состоянием, настроением, капризами.

После визита к урологу выяснилось, что у девочки цистит на начальной стадии.

Представьте, что вы целый день ходили в тесной обуви, но не обращали на это внимания: были заняты более важными делами. Но при этом (на фоне не ярко выраженного, но постоянного дискомфорта) возникали мысли о том, что день мрачный, жизнь невеселая, люди неприятные.

Дети физически этого делать не умеют! Родительская задача этому их обучить — осознавать и чувствовать свое тело.

Или бывает, что целый день не ел, приходишь домой и вдруг начинаешь испытывать голод. Мозг все время был загружен информацией, и сигналы от тела о необходимости поесть не воспринимал. Хотя они поступали постоянно. Снизилась загрузка информацией — ощутили голод.

Чтобы ощущать физические границы тела, необходимо:

• иметь способность осознавать свое тело;

• замечать, что в этих границах (снаружи или внутри) этого тела происходит.

Условно границы тела можно разделить на две зоны:

1. Тело снаружи (здоровье, внешний вид, ухоженность):

• состояние кожи;

• уход за зубами;

• уход за волосами;

• чистота ушей, носа;
• глаза, зрение;
• уход за ногтями на руках и ногах;
• запах тела, его физическое состояние;
• интимная гигиена;
• координация движений /осанка и т. д.

2. Тело изнутри (здоровье внутренних органов, самочувствие, болевые ощущения как сигналы и реакция на них) — осознавать и локализовать (где именно в теле идет сигнал) болевые, неприятные ощущения, своевременно о них говорить, уметь самостоятельно предпринимать меры.

Со временем мы отдадим ребенку это «списком» в его собственное пользование, ответственность и контроль. Но не «вдруг» отдадим, а вначале научим его с этим обращаться, за этим ухаживать.

Пример из практики

Одна милая девушка, которая по работе регулярно бывает в Японии, делилась своим наблюдением: «Меня шокировало в Японии то, что почти все дети ходят сопливые! Нам объяснили это тем, что даже в холодное время года принято ходить в школу без верхней одежды, только в школьной форме. Девочки носят гольфы, в крайнем случае — колготки. Обязательно юбочку и пиджачок. И только если температура ниже нуля, разрешается надеть куртку. Такая традиция: не кутать детей, закалять организм. Это норма. Говорят, в результате статистика выносливости и сопротивляемости к простудным заболеваниям взрослых японцев бьет все рекорды».

Может, в этом что-то есть?..

Пример из практики

Одна взрослая женщина делилась воспоминаниями о мудрости маминого воспитания.

«В школе перед Новым годом шла череда мероприятий, и мама разрешила крутить волосы на бигуди, чтобы прическа «взрослая» была. Утро. Прическа — мечта! Возникла дилемма: на улице мороз, без шапки холодно, а если надеть шапку, прическа испортится. Мама вначале попыталась объяснить, что за 15 минут дороги в школу ничего прическе не будет. Но потом посмотрела на меня и сказала: «Конечно, иди без шапки!». Видимо, «прочитала» у меня на лбу, что я ее все

равно сниму, только выйду со двора.

«Домой из школы я еле добежала! — вспоминает. — Маме жалуюсь, что уши замерзли!» А она отвечает: «Бог с теми ушами!.. Зато как красиво было! Не важно, заболеешь ли, с температурой будешь лежать в больнице — дело десятое. Главное — красота!» И серьезно так говорит, ни тени улыбки на лице, насмешки в голосе. На следующий день (и с тех пор постоянно) я шапку надеваю сама.

Иногда важнее дать возможность получить собственный опыт и связать его с наличием нежелательного или отсутствием желательного состояния, самочувствия, результата.

Отдельная тема — внутренний мир. Далеко не каждый родитель знает, что там происходит у него самого, и умеет с этим работать. И это, конечно, не вина его, а беда! Потому что это очень важно.

Важно научить ребенка:

• осознавать и контролировать свои эмоции;

• уметь интерпретировать и делать выводы из личного опыта;

• различать страхи и уметь с ними справляться;

• сопереживать другим людям;

• соотносить свое поведение с возможными последствиями для себя и окружающих;

• принимать решения;

• делать выбор;

• и очень много чего еще, что происходит у каждого из нас внутри, что мы называем внутренним миром, внутренней работой.

Эта тема заслуживает написания отдельной книги. Вкратце, раскрывая тему «внутреннего мира», мы предлагаем идти от внешнего его проявления.

Как это делать?

Поскольку ни у кого нет на лбу «бегущей строки» с описанием происходящего внутри, того, о чем думает, что чувствует человек в данную минуту, нам приходится опираться только на то, что человек делает, что мы можем видеть со стороны.

Ребенок устраивает истерики по поводу сиюминутных капризов — предполагаем, что не умеет контролировать эмоции. Переадресовывает нам выбор, что надеть, что кушать, в какую игру играть («Как ты скажешь», «Я не знаю», «А как ты думаешь»), — предполагаем, что делать выбор не умеет, боится и так далее.

Не хочет спать в своей комнате, требует оставить свет на ночь — предполагаем, что есть страх, нужно учить справляться с ним. И так далее.

Обратите внимание! Можно, наоборот, переусердствовать в «заботе о внутреннем мире» ребенка. «Детские душевные травмы» — тема распиаренная, богатая на домыслы, нещадно эксплуатируемая многими «специалистами» разных сфер и областей. И очень часто все строится на банальной подмене понятий «опыт» — «травма». Полезно помнить, что «травма» не появится до тех пор, пока кто-то не объяснит, что данное событие нужно рассматривать как травму.

Например, огромное количество детей спокойно относятся к разводу родителей, если родители нормально объяснили ситуацию, между собой остались в нормальных отношениях, ребенок сохраняет отношения с обоими родителями, в окружении нет «доброжелателей», объясняющих, что это «страшно, ужасно, трагично», и жалеющих «несчастного сироту». Как только появляется такой «доброжелатель» — появляется «травма».

Одна мама рассказывала, как ее пятилетней дочери воспитатель в садике (!) доказывала, что не может быть двух пап, папа только один, а второй — чужой дядя. С точки зрения природных, физиологических процессов воспитатель права на 100 %. Но что важнее для пятилетнего ребенка — нюансы биологии и физиологии человека или спокойные и полноценные отношения с родным отцом и с отчимом? Мама была вынуждена идти «разбираться» и в итоге перевести девочку в другой сад. Спасибо «доброжелателям»: то, что девочка воспринимала, как обычное явление — «наличие двух пап», теперь для нее стало неоднозначным. Так и до «травмы» рукой подать!

> Нет одинаковых решений для всех. Как нет универсального лекарства от всех болезней. Все индивидуально и по ситуации.

Границы «Место, где я живу»

Что может входить в этот круг?

Вот что чаще всего называют участники наших обучающих программ:

• Игрушки убирать в специально отведенное место.

• Личные вещи. Грязные вещи складывать в стирку. Научить отличать грязное от чистого.

• Беречь вещи. Замечать, если порвалось, нет пуговицы.

• Протирать обувь от пыли/грязи.

• Следить за соответствием одежды/обуви погоде.

• Завязывать шнурки, застегивать пуговицы.

• Спать в отведенном месте.

> Важно отслеживать не только границы, но и то, каким умениям должен обучить родитель в этих границах.

• Вещи и предметы после использования возвращать на место.

• Взаимодействие с туалетной комнатой.

• Мыть руки после туалета.

• Уметь пользоваться ложкой, вилкой, ножом.

• Мыть посуду.

• И так далее.

Границы «Отношения и общение “первого круга”»

• Говорить «спасибо», «пожалуйста».

• Обращаться ко взрослым на «Вы».

• Не перебивать, когда взрослые говорят.

Что еще должны делать дети по отношению к нам, а мы — по отношению к ним?

Вот еще интересное наблюдение и повод для размышления. Родители знают, как должны относиться к детям: что делать, чего не делать. Но часто не знают (и даже не задумываются!), как дети должны относиться к ним: что делать? чего не делать?

• Не повышать голос и не проявлять агрессию. Не истерить.

• Интересоваться самочувствием. Предлагать свою помощь.

• При обращении к детям за помощью оказывать ее.

• Заботиться. («Подай, пожалуйста, папе тапочки», «Убери вот это», «Посиди тихо, мама отдохнет»).

Это и есть забота. Мы начинаем обучать с мелочей.

•**Выполнение мелких поручений от нас является основой формирования навыка заботиться.**

Необходимо поощрять желание детей оказывать помощь. Может быть, поначалу они будут выполнять просьбы не так четко и правильно, как вы, но важна сама практика помогать.

Ведь сколько женщин в начале совместной жизни с мужчинами своими руками загубили хорошие и полезные привычки, сформированные в детстве! Например: «Ты чистишь картошку не так, лучше я сама ее почищу». В итоге обязанности по кухне полностью перекладываются на плечи женщины. И если она лет через пять обратится к мужу просьбой о помощи, то скорее всего он удивится и не сделает. Того ли хотели?

• **Дети очень быстро перестраиваются, если родители выдерживают границы выполнения правил.**

Естественно, это не делается за пять минут.

Большой внутренний конфликт современных родителей в том, что, с одной стороны, мы являемся ответственными за результат воспитания, а с другой стороны, в этом процессе участвуют напрямую или опосредованно все, кому не лень. Если вы предложите, например, бабушкам и дедушкам взять ответственность на себя, то скорее всего они ее не возьмут. Отвечайте вы, а мы будем баловать.

• **Отсутствие правил — тоже правило!**

Какое настроение, так у нас сегодня дома и будет. Это и есть

размытость границ. Дети настолько чувствительны ко всем изменениям, которые происходят у нас с вами, что сразу используют образовавшуюся лазейку или несоответствие.

Например, раз перешел на красный свет светофора, два, три, а потом уже как так и нужно, потому что никто вовремя не остановил, не объяснил.

Это касается не только детей, но и взрослых. Насколько люди быстро могут обучаться новым правилам, настолько же быстро и отучаться, если эти правила не соблюдаются.

Любая детская игра — это суть обучения и приобретения навыков, умений, которые потом пригодятся в адаптации и приспособлении к внешней среде. Если ребенок сначала в игровой форме, на своей детской кухне расставляет тарелки, то потом мы, опираясь на этот опыт, предлагаем сделать то же самое, только «по-настоящему», как взрослые, на настоящей кухне. Дети охотно включаются в эти игры.

Поэтому вначале наблюдаем, способен ли ребенок делать это физически. Развита ли у него необходимая моторика для завязывания шнурков, например? Приучаем завязывать. Как только замечаем, что получается делать самостоятельно, говорим, а теперь это твоя обязанность. Этим самым отдаем ответственность завязывать шнурки ему.

Если нет четкого понимания и выдерживания границ проекта «Мой ребенок» у самих родителей, невозможно ожидать от других людей в семье и окружении (муж, жена, дети, бабушки, дедушки, родственники, друзья), что они будут их соблюдать.

•Нет четкого понимания и выдерживания границ проекта «Мой ребенок» у самих родителей — возникает хаос, импровизации, инициатива, в основе которой лежат разные внутренние мотивы и выгоды участвующих в процессе.

Невозможно сказать точно, в каком именно возрасте у ребенка должны быть развиты определенные умения. На это влияет его психическое и физическое развитие, природная предрасположенность. А они у каждого ребенка разные. Поэтому мы и предлагаем ставить **долгосрочные цели**, на перспективу. Чтобы к 18 годам (или другому, условно «отчетному» периоду, который родители могут выбрать для себя сами) ребенок регулярно и самостоятельно выполнял определенные задачи (список прилагается).

Не бойтесь «смотреть» на годы, десятилетия вперед! Это полезно — у вас есть «фора» во времени что-то менять, корректировать, добавлять, пересматривать. Да, через 5–10 лет (и даже раньше!) все изменится, многое будет по-другому. Возможно, какие-то долгосрочные цели вы пересмотрите,

измените, переформулируете. Но эти 5–10 лет вы не потеряете. Они точно пойдут на пользу вам и вашим детям, что, согласитесь, очень важно.

Практическое задание

Опишите первые три границы проекта «Мой ребенок»: «Я», «Место, где я живу», «Отношения и общение “первого круга”» — конкретно в вашей ситуации. И то, чему важно обучать ребенка в этих границах, исходя из своих долгосрочных целей.

Договор между взрослыми

> Полезно запомнить: любые изменения, даже самые легкие и незначительные, даже те, от которых в итоге будет всем лучше, часто воспринимаются в штыки окружающими.

Мы определили, что в основном реализация проекта «Мой ребенок» будет происходить там, где мы действительно имеем полномочия — дома. Во «внедрении и ведении» проекта будут участвовать люди «первого круга» общения: муж — жена, брат — сестра, возможно, бабушка — дедушка (если живете вместе).

Даже если мы все им объясним, расскажем и спросим, хотят ли они видеть ребенка в будущем таким. Конечно, они дружно ответят: «Да!». Но не обольщайтесь.

Вам нужно не согласие близких, а их усилия по поддержанию нового поведения ребенка. Ведь то, насколько быстро у ребенка сформируются новые умения, во многом зависит от тех, кто в этот момент находится рядом. Вспомните басню Крылова: «Когда в товарищах согласия нет, на лад их дело не пойдет».

• **То, насколько быстро у ребенка сформируются новые умения, во многом зависит от желания и усилий всех, кто в этот момент находится рядом.**

Если мы не договоримся все вместе, если мы не составим между собой «договор» или «соглашение» (на крайний случай — «пакт о не нападении»: не помогаешь, тогда хотя бы не мешай!), то результат всех наших усилий будет стремиться к нулю.

В тот момент, когда нас рядом нет и никто не поддерживает новое полезное поведение, а поддерживает другое, образуется «дыра», через которую будут регулярно утекать ваши усилия, время и другие вложения. А почему?

Потому, что папа сказал «один раз можно». Или бабушка разрешила со словами «это они пусть тебя воспитывают — бабушки нужны, чтобы баловать». А дальше «столкновение лбами» между папой и мамой, родителями и бабушками, дедушками, выяснение отношений, обиды, ссоры...

Единственное, чему мы в таком случае научим ребенка, — это «петлять» между взрослыми и сталкивать их лбами. Это печальная история, но реальная. И не счесть тех замечательных проектов и планов, которые были «завалены» именно по этой причине.

Как избежать? Ответ один: договариваться.

Спешим подчеркнуть: кто сейчас думает, что это невозможно,

так не бывает, что с их мужем, женой, родителями так не получится, что нет на это времени, это сложно, — принимают позицию вредителя. А ведь никто не обещал, что будет легко! Никто не говорил, что воспитание детей — это только радости, легкости, приятности. Радости и приятности — это бонусы за проделанную родительскую работу, помните? Но если вы из лени, неумения и нежелания учиться поступать иначе, страха напрягаться ищете отговорки, чтобы не выставлять границ, не контролировать и не оберегать их, то порядка в вашем «государстве семья» не ждите. Только не жалуйтесь потом на полученные результаты проекта «Мой ребенок».

Заключая с родными договор, очень важно делать акцент на том, что именно в перспективе получат *они* от реализации проекта «Мой ребенок». Желательно показать как преимущества: что хорошего появится (будет больше свободного времени, можно будет гордиться ребенком), — так и неприятности, которых этот договор поможет избежать (не придется бессонными ночами ждать звонка, не будет стыдно за «фокусы» ребенка).

Понятно, что результат отложен во времени. Но человек должен для себя понимать, что он субъективно получит в перспективе. Это важно всем.

Если вы договорились с мужем, женой, то вам легче будет объяснить окружению «второго круга», по каким правилам они должны вести себя у вас и взаимодействовать с вашим ребенком. А ребенку можно объяснить так: «То, что происходит за пределами нашей квартиры, — это за пределами квартиры, то, что в квартире, — это в квартире». Правило: у нас заведено так.

Если бабушка разрешает не убирать за собой тарелку после еды — это ее дело, ее правила. Здесь такое правило: поел — убери за собой. И когда ты оказываешься здесь, ты живешь по этим правилам. Все просто.

Договор между папой и мамой также важен и с позиции того примера, который мы приводили в начале главы.

• **Если хочешь навести порядок в каком-либо деле и чувствовать себя спокойно — начни с границ: четко выдели то «государство», в котором собираешься это делать. В любой области. В любом проекте.**

Иногда для решения вопроса этого вполне достаточно.

Даже если вы потрудитесь просто подумать об этом, станет понятным и прозрачным большинство проблем и нерешенных задач. А если сумеете обсудить это с женой, мужем и договориться — считайте, что 60 % успеха проекта «Наш ребенок» вам обеспечены!

В последней главе мы предложим подумать «о будущем»

с непривычного для многих угла зрения. Возможно, после прочтения той главы тема «договора с партнером (женой, мужем)» станет для многих куда серьезнее и важнее, чем кажется сейчас.

Подведем итоги главы

1. Если вокруг того, что нам дорого, есть «граница», нам становится спокойно и понятно. Если граница неустойчивая, ненадежная, иллюзорная, то мы беспокоимся, суетимся, теряем время и силы впустую.

2. Границы семьи следует оберегать всюду, где могут нарушить ее внутрисемейные интересы.

3. Родитель имеет реальные полномочия только в границах «Я», «Место, где я живу», «Отношения и общение “первого круга”».

4. Во всех остальных границах контроль и возможность влияния у родителя или ограничены, или отсутствуют совсем.

5. Важно отслеживать не только то, в каких границах, но и то, каким умениям должен обучить родитель.

6. Нет четкого понимания и соблюдения границ проекта «Мой ребенок» у самих родителей — возникает хаос, импровизации, инициатива, в основе которой лежат разные внутренние мотивы и выгоды участвующих в процессе.

7. То, насколько быстро у ребенка появятся новые умения, во многом зависит от желания и усилий всех, кто в этот момент находится рядом. Поэтому с ними нужно договариваться!

8. Только вредитель может позволить себе не думать о границах в отношениях!

9. Если хочешь навести порядок в каком-либо деле и чувствовать себя спокойно — начни с границ: четко выдели то «государство», в котором собираешься это делать. В любой области. В любом проекте.

Глава 7. Дневник проекта «Мой ребенок»

Давайте сделаем небольшую паузу в проработке проекта «Мой ребенок», чтобы:

1. Понаблюдать в своей семье, в ежедневном общении с детьми, с мужьями и женами, бабушками и дедушками, как на самом деле у вас уже обустроены, сложены, взаимодействуют отношения «родители — дети».

2. Сопоставить наблюдаемое с теми ожиданиями, долгосрочными целями, которые вы сформулировали, конкретизировали и записали, пользуясь материалом предыдущих глав книги.

3. Отследить и взять себе на заметку то, что не способствует, мешает, усложняет (возможно, просто вредит!) реализации вашего проекта.

4. Если какие-то наблюдения повторяются, записать их и подумать, что нужно сделать, чего не делать, чтобы исправить это.

Практическое задание

Заведите Дневник проекта «Мой ребенок».

Цель: формулировать в письменном виде цели и задачи, фиксировать результаты и записывать нужные корректировки. Регулярно.

Запомните: все, что не записано, — потеряно!

Вы можете вести Дневник в электронной форме. Но мы настоятельно рекомендуем «писать от руки», вживую.

Во-первых, учеными доказано, что письмо от руки (которое в современном мире обесценивается) напрямую связано с развитием и поддержанием умственной деятельности в высокой форме. Это поможет родителю оставаться мыслящим. В нашем подходе — ЗДРАВОмыслящим!

Во-вторых, это можно и нужно сделать красивым и стильным ритуалом.

Как? Специально купите себе красивый блокнот или тетрадь, которую приятно и хочется брать в руки. И ручку. Не пожалейте на это времени и денег! Получите удовольствие, выбирая! И деньги, и время, и удовольствие — это уже вложения в ваш проект.

Заведите себе правило заполнять дневник ежедневно. Не важно — сколько! Это может быть всего одна фраза. Но каждый день! Если мы хотим получить регулярного самостоятельного делания чего-либо от наших детей, неплохо было бы приучать так делать и себя, демонстрировать лично такое умение. Согласны?

Мы допускаем, что кому-то это сделать будет очень легко, а кому-то — наоборот, очень НЕлегко. Вспоминайте, что «легко — это привычно», «нелегко — это не привычно». Обучайте себя формированию новых полезных привычек и показывайте своим детям, что вы регулярно это делаете. Тогда и у детей процесс формирования полезных привычек, умений будет происходить проще и быстрее.

Вернемся к ведению Дневника.

Итак, красивая, удобная, стильная тетрадь и ручка есть. Правила: «Все, что не записано, — потеряно!» и «Пиши хоть предложение, но каждый день!» написаны на титульном листе.

Теперь самое главное: *что* и *как* писать.

Вернитесь к практическим заданиям, которые вы выполняли в главах «Цель проекта “Мой ребенок”» и «Границы проекта “Мой ребенок”».

1. Прочтите их еще раз внимательно. Если хотите изменить, подкорректировать — сделайте это.

2. Перенесите готовые формулировки в дневник. Пусть они послужат «рабочими маяками», относительно которых вы будете наблюдать и записывать результаты: области жизни и цели, которые вы сформулировали для своего проекта в этих областях.

Здоровье	*Быт, материальное благополучие*	*Карьера, социальный статус, развитие*	*Отношения, любовь, дружба*
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
…	…	…	…

3. На первом этапе (3 недели — месяц) просто фиксируйте, как сейчас в этих областях обстоит дело относительно ваших целей.

Например, область — «Здоровье»; цель: *ребенок самостоятельно и регулярно следит за личной гигиеной (ежедневно 1–2 раза принимает душ, чистит зубы, 2 раза в неделю моет волосы, раз в неделю состригает ногти на руках и т. д.)*.

Наблюдайте и записывайте, что ребенок уже делает сам. Отмечайте, над формированием чего нужно еще работать. Например, можно записать так: *зубы — да, волосы — нет, нужно*

напоминать.

4. Попутно отмечайте, из какой это границы, кто (что) вам помогает или может помочь в формировании этого умения, а кто (что) мешает сейчас, может помешать, если начнете приучать к новому. Например, бабушка говорит: «Жених появится — начнет мыть волосы сама».

На этой стадии только фиксируете!

5. На втором этапе (около месяца) перечитайте свои записи наблюдения:

• Еще раз вернитесь к формулировкам целей. Вы обязательно заметите, что какие-то из них нужно записать более конкретно, потому что в вашей изначальной формулировке нельзя отследить, делает это ребенок или нет. Внесите изменения.

• Допишите в цели то новое, что появилось с течением времени. Уберите то, что, возможно, «нафантазировали» (такое тоже, поверьте, бывает!).

• Вернитесь к границам: кто (что) в этих границах присутствует, участвует, размывает их, мешает, поддерживает. Подумайте и запишите, что вы действительно можете и готовы с этим делать: договориться, попросить помощи, ограничить общение или посещение и т. д.

6. Дальнейшее ведение дневника будет проходить по циклу, описанному выше:

• формулируем, записываем;

• в течение месяца обучаем, корректируем умения детей, записываем результаты и наблюдения;

• в конце месяца проводим ревизию, отмечаем, какие результаты уже есть, над чем еще нужно «работать», переформулируем, корректируем цели, анализируем границы, записываем;

• и так далее по циклу.

Самая распространенная ошибка: сделав один раз нечто или первый шаг в каком-то процессе, ожидать, что все остальное само приложится.

> Нельзя «навести порядок» в воспитании ребенка однажды и навсегда. Все меняется!

Не надо ожидать, что однажды проработав цели, подкорректировав границы, сделав ревизию ресурсов (чем мы займемся в следующей главе), вы получаете «готовый проект автоматически». Распространенное заблуждение — думать, что в каком-либо процессе можно «навести порядок» раз и навсегда. Так не бывает, потому что все меняется.

Навели порядок в комнате, например, а через время опять

требуется уборка. Это неизбежно. Но если определить конечный результат уборки: как комната должна выглядеть, где и что находиться, в процессе пользования ежедневно и сразу возвращать вещи на их «законные» места, — то уборка будет происходить быстрее и легче.

Это как в структуре бизнеса. Если знаешь функциональный результат каждого бизнес-процесса, какими шагами, какими действиями оптимально приходить к этому результату, то легче:

- подобрать людей для такой работы;
- грамотно оценить их затраты по времени и усилиям;
- организовать сам процесс;
- проконтролировать результат.

Осознание *целей* и *границ* (в любой момент времени, в любом проекте) помогает нам быстрее, легче и гарантированно скорректировать свое движение и не сбиться с курса. Воспитание детей не является исключением.

Пример из практики

Одна из участниц нашего обучающего мероприятия:

— Моей дочери было почти 18 лет, когда я впервые к вам попала. Сразу подумала: «Как жаль, что этого не случилось раньше! Что я в 18 лет смогу исправить?» А потом услышала от вас, что не столь важно, в каком возрасте, важнее понять, чего хочешь и что на самом деле сможешь откорректировать. Сожаления прочь! Взялась за проработку. А прорабатывать мне было что…

Мы с мужем развелись по обоюдному согласию, когда дочке было 10 лет. Остались в хороших отношениях, свои отцовские обязанности он выполняет «на отлично»: финансово обеспечивает, всем интересуется, у дочери своя комната в его квартире, она может там жить, может со мной. Я по любому вопросу могу к нему обратиться. У него свой бизнес, часто занят, поэтому я стараюсь особо не «грузить». И так спасибо, жаловаться не на что!

Условия для дочки создали «идеальные». Теперь-то я понимаю, что нужно было иначе. Но тогда мы чувствовали перед ней какую-то «вину» за то, что развелись, что живем отдельно. Вот и старались чрезмерно: в быту ничем не нагружаем — жизнь научит, заставит; в учебе не требуем — все должно быть в радость и по интересу; общаемся как с равной, капризы исполняем — чтобы не чувствовала себя обделенной.

Когда началось это, точно сказать не могу. Сначала

все было безобидно, как у всех: нравится ребенку играть в компьютерные игры — что такого? Потом оказалось, что это не обычные «стрелялки», а какие-то ролевые, интеллектуальные. Я же в них ничего не понимаю, муж тоже. А дочь там не просто играла. Она в них стала жить. Тут ей неинтересно. Потому что тут ее никто не ценит должным образом. Там она обыгрывает тех, кому за 30. И о чем ей потом тут со сверстниками общаться?!

Когда мы тревогу забили? — Когда поняли, что со школой все плохо, выпускные классы она не потянет — не потому, что не может, а потому, что не хочет. Поговорили все вместе, спросили, чего бы ей хотелось, определили, что пойдет она в медицинское училище. Только одно условие было с ее стороны — жить в столице.

«Поступили». Квартиру отец ей снял, оплатил на полгода вперед. Хозяйка квартиры через полгода позвонила. Говорит: похоже, на занятия ваша девочка совсем не ходит, потому что сутками дома, полдня спит, потом возле компьютера. Оказалось, действительно, в училище она походила месяц всего, потом «скучно, лень, не интересно», и теперь сессию сдавать смысла нет...

Отец пошел договариваться с преподавателями, умолил-упросил-заплатил, и разрешили ей продолжать учебу.

К окончанию учебного года ситуация сложилась еще хуже — учиться она так и не стала. Зато появилась «компания по интересам»: они не только играют в эти «игры», они еще и организовывают встречи участников, какие-то совместные мероприятия, но уже «в реале», ездят друг к другу по разным городам, еще что-то подобное… Хозяйка квартиры говорит: терпеть сил нет, денег никаких это не стоит, у меня тут как перевалочная база, грязь, шум. Дочь твердит, что это ее «призвание». При этом выглядеть стала как бомж — следить за собой в «той компании» не принято. Мы ничего по-прежнему в «этом» не понимаем. Но понимаем, что учиться она не будет и все наши усилия потрачены впустую. В общем, забрали мы документы и дочь домой.

Вопрос «что дальше делать?» обсуждали неоднократно. Отец пробовал взять ее к себе на работу — она просто ходить не стала. Образ жизни такой: полдня спит, потом в компьютере. И так все

время. В комнате грязь, за собой не следит (волосы даже помыть — «со скандалом»!), поела на кухне — так и оставила после себя посуду, крошки… Только теперь появилось «новое поведение»: если начинаем говорить «убери хотя бы за собой», «сходи в магазин за продуктами — сама же их потом есть будешь», начинаются истерики и шантаж: «Я из окна выброшусь, я что-то с собой сделаю…». А если и удается ее «вытолкать» в магазин, то это просто стыд — городок у нас маленький, мужа и меня (по его бизнесу) почти все знают. Внешний вид и манеры нашей дочери — это просто «мед» для сплетников! И такой стыд для нас!.. Сущий ад, ничего сделать не можем! И уговаривали, и терпели, и воевали… Результат тот же.

А потом посетила ваш тренинг. После него все объяснила мужу. И стали вместе думать. Он в бизнесе много лет, ему «такой подход» очень понятен. Эмоции в сторону.

Чего мы реально хотим и какую цель можем поставить (с учетом уже сложившейся ситуации) по отношению к «нашему проекту»? Ей без малого 18 лет. Можем ли мы корректировать характер/привычки? И какие ресурсы нам для этого нужны? Стало очевидно: если что-то и подлежит корректировке, то наших ресурсов на это уже не достаточно, потому что границы давно размыты — мы уже не можем соревноваться с интернет-пространством и ее нынешним «первым кругом общения» в лице «компании по интересам». Значит, нужно возвращаться к корректировке цели.

Чего же мы хотим? А хотим мы спокойствия. Себе, и это правда. Дочь твердит нам о «своем призвании» в той, непонятной для нас области, о своем авторитете там и рвется в столицу, к «своим». И мы решили отпустить. Дать ей права и… обязанности. Отдать ей выбор и ответственность. Записали условия:

1. Отец оплачивает ей первые полгода полное содержание. Чтобы она нашла себе работу. Вне зависимости от того, находит или нет, через полгода сумма нашей помощи снизится на 50 %.

2. Если она действительно захочет где-то учиться, поступит туда — в этом мы готовы помочь. Но помогать будем в содержании, а не в перекрывании «прогулов» и «сдавании экзаменов». И только до тех пор, пока она на самом деле учится.

3. Если она остается жить у нас или потом будет приезжать в родной город (в гости или насовсем — не важно!), то выглядит внешне, ведет себя в быту и с нами так, как мы того хотим — следит за внешним видом, убирает хотя бы за собой. Если будет жить постоянно — находит работу.

Думали, будет опять истерика и шантаж. Оказалось, наоборот! Она засияла от радости, с кем-то созвонилась, за два дня собрала вещи и уехала.

Первый месяц мы каждый день ждали неприятных известий. Потом расслабились. Через полгода напомнили о «сокращении содержания». Дочь сказала, что все помнит, переехала жить к какой-то подруге, все хорошо, нет проблем. На вопрос, «устроилась ли на работу», ответила, что она занимается тем же, чем и раньше, за это ей платят. И ей хватает.

«В гости» почти не ездит. Пару раз на пару дней. Дома действительно ведет себя так, как мы договаривались.

Мы по-прежнему ничего не понимаем в том, чем она занимается… Нас по-прежнему, на эмоциональном уровне, «цепляют» ее то фиолетовые, то зеленые волосы, совсем не «девичья» одежда и обувь, «словечки», манеры… Но мы отдаем себе отчет, что это уже ее проект. А условия нашего проекта дочь выполняет неукоснительно. Еще и живет самостоятельно, свои вопросы решает сама, денег не просит. И от этого нам спокойно.

Практическое задание

Всему свое время!

Да, можно сказать, что если бы эти родители задумались над целями своего проекта «Дочь» значительно раньше, то и результат был бы другой. Это так. Но что делать, если время для другого результата уже прошло? Оставшуюся жизнь сожалеть об упущенных возможностях, мучиться чувством вины и собственной несостоятельности, уповать на чудо, а по факту (ежедневно на уровне поведения, действий) продолжать делать так же, как раньше?

Или все-таки проанализировать и изменить то, что еще подвластно изменениям? Взять на себя ответственность за то, за что ты еще можешь отвечать. И категорично (а иначе на этой стадии уже не

получится!) отдать ответственность за все остальное тому, кому она уже давно должна быть отдана. Кто действительно может и должен нести ответственность за свою жизнь — так это сам ребенок, уже ставший взрослым.

Когда-нибудь мы вернемся к теме «Дети от 18 и старше». Это очень важная тема. Потому что просто «наши дети» и «наши взрослые дети» — это разные понятия. Хотя, наверное, самые наблюдательные из вас уже могут предположить, что подход «ребенок как проект» практически применим к детям любого возраста и вполне результативен.

О чем хотелось бы подробнее поговорить в следующей главе, так это об ответственности. О самом важном, на наш взгляд, умении для ребенка в будущей взрослой жизни — умении брать на себя ответственность.

Подведем итоги главы

1. Регулярно воспитывайте в себе новые полезные привычки и умения, показывайте своим детям, что вы регулярно это делаете. Тогда и у ваших детей процесс формирования полезных привычек, умений будет происходить проще и быстрее.

2. Нельзя «навести порядок» в воспитании ребенка однажды и навсегда. Все меняется!

3. Осознание целей и границ (в любой момент времени, в любом проекте) помогает нам быстрее, легче и гарантированно скорректировать свое движение и не сбиться с курса. Воспитание детей не является исключением!

4. У каждого есть выбор: сожалеть об упущенных возможностях, мучиться чувством вины, собственной несостоятельности и уповать на чудо или набраться мужества, взять на себя ответственность проанализировать ситуацию и изменить то, что подвластно изменениям. Остаться вредителем или стать-таки настоящим Родителем. Выбор за вами!

5. И помните: все, что не записано, — потеряно!

Глава 8. Права и обязанности. Ответственность

Кто будет крайним?

Каждый человек в жизни хотя бы однажды сталкивался с понятием «прав» и «обязанностей». Чем шире области нашего взаимодействия, чем больше у нас завязывается связей-отношений с другими людьми, общественными и социальными институтами, тем, с одной стороны, шире становятся наши права и, с другой стороны, расширяется круг обязанностей.

• **Работа, семья, хобби, развлечения, дружба, бизнес, контролирующие органы, институты системы здравоохранения… Какую область жизни в пример не выбери — везде взрослого человека ожидает свод прав и обязанностей.**

Некоторые права и обязанности четко определены и зафиксированы. Часто юридически и законодательно. Другие являются больше формальностью. Какие-то вообще остаются умозрительными и относятся к категории морально-этических.

Достаточно сказать, что сами понятия «права» и «обязанности» до сих пор не имеют одинаковой трактовки, четкого, единого для всех определения. Причиной тому принято считать факт, что понятия «права» и «обязанности» берут истоки от древних римлян. А те в свое время связали их с понятиями «добро, справедливость, свобода» — хорошими, но совершенно не конкретными.

Мы попробовали конкретизировать и сформулировали по-своему понятия «права» и «обязанности». Очевидно, не в юридическом, а в общечеловеческом понимании и применении.

Права — это гарантированное предоставление возможности на осуществление некого действия (или наоборот, отсутствия действия), которое человек на свой выбор может осуществлять или не осуществлять в определенных рамках и границах.

Обязанности — это некий свод обязательных действий, которые человек должен выполнять в определенных рамках и границах. В противном случае следует наказание.

Мы не претендуем на истинность и правильность формулировок. Они лишь наша попытка договориться об общем знаменателе, перевести «застывшие формы» в действие, наличие или отсутствие которого можно отследить. Условная договоренность с уважаемым читателем об общих терминах. Они пригодятся нам совсем скоро.

Как показывает практика, предоставление одних только прав, без обязанностей, приводит к плачевному результату. Анархия, порождаемая бесконтрольными и безграничными правами всех и

каждого, наоборот, приводит к хаосу и ограничению свобод в целом.

Безграничность прав не может появиться ниоткуда. Расширение прав одного человека (или группы людей) автоматически происходит за счет сужения прав другого человека (или группы людей).

Приведем простой пример. Он и она живут вместе — семья. Однажды он решает «расширить границы своих прав» и теперь приходит ночевать домой не ежедневно, а два раза в неделю. Остальное время ночует там и с теми, с кем посчитает нужным. Что автоматически происходит с ее правом «ночевать с ним в одной постели ежедневно»?

Чтобы упорядочить наше с вами взаимодействие, одновременно с правами на что-либо мы получаем и обязанности.

Права и обязанности — две чаши весов.

• **Права уравновешивают наличием обязанностей. Обязанности уравновешивают наличием прав. Баланс этих чаш дает стабильность и порядок.**

И если ты не выполняешь свои обязанности, то одной из форм наказания за это служит ограничение или лишение данных в этой области прав. Справедливо?

К примеру, родители обязаны содержать и воспитывать своих детей. Если они не будут этим заниматься, то лишатся родительских прав.

• **Не бывает прав без обязанностей, а обязанностей — без прав.**

Прояснили. Идем дальше.

Есть еще понятие *ответственности* — как объединяющее, результирующее два предыдущих.

Ответственность — это лично взятое *обязательство* за соблюдение неких *прав* и *обязанностей* в определенных границах с целью гарантии ожидаемого результата.

Другими словами, ответственный — это тот, кто будет держать ответ, нести наказание за отсутствие конечного результата, получать бонусы при наличии конечного результата. Тот, с кого будут спрашивать, кто будет крайним.

•**Ответственный — тот, кто ответит за конечный результат**

Уровни ответственности бывают разные. Они напрямую зависят от объема прав и обязанностей, взятых на себя.

Например, собственник бизнеса и наемный сотрудник. Есть люди, которые открывают и развивают бизнес. А есть другие, те, кому сложно это делать, кому легче быть наемными работниками.

В чем ключевое различие между ними?

Собственник бизнеса готов брать на себя ответственность

и риски за весь бизнес, в полном объеме: за организацию и развитие, за людей, которых нанял на работу, за поставщиков и клиентов, за качество и своевременность и т. д. Даже если боится, переживает, нервничает. Все равно берет и делает, думает и планирует, ищет способы и просчитывает варианты. Да, он имеет больше прав в своем бизнесе. Но! Обязанностей у него тоже больше, чем у всех остальных. Отсюда и высокая степень ответственности.

Наемный сотрудник брать на себя ответственность в таком объеме не готов. Он готов брать ответственность только за определенный круг своих должностных обязанностей. И его права в этом бизнесе, соответственно, значительно меньше.

Давайте взглянем на этот вопрос в другом контексте. У многих из вас есть опыт длительных семейных или партнерских взаимоотношений. Скажите, пожалуйста, без чего длительные семейные (партнерские) взаимоотношения в принципе не возможны? Правильный ответ один: без умения брать ответственность.

И пусть кто-то берет больше ответственности на себя, кто-то меньше. Или кто-то в одном жизненном аспекте, а кто-то в другом (например, один — за уборку и готовку, второй — за финансовую обеспеченность или поддержание отношений с родственниками). Но берет — это важно!

А представьте себе, что двое создали семью, но никто не берет на себя ответственность за ее существование. Очень сомнительное мероприятие, согласитесь. Когда такое случается, все равно есть те, кто возьмет за это ответственность, — его/ее родители.

Мы хотим обратить ваше внимание на то, что «ответственность» — это ключевой вопрос во всех жизненных аспектах. Человек, который способен брать на себя ответственность, имеет большие перспективы в плане реализации себя в нашем обществе. В любой его области!

• **Ответственность — это ключевой вопрос во всех жизненных аспектах.**

А вот хороший вопрос: где же взять эту ответственность? Ведь в магазинах на вес она точно не продается!

Очевидный ответ:

• **Брать на себя ответственность — это тоже навык, умение, сформированная и часто не осознаваемая привычка.**

И возраст к этому не имеет никакого отношения. Многие взрослые дяди и тети в своей жизни практически не берут на себя ответственности за то, как складывается их жизнь. А есть дети, подростки, молодые люди, которые берут на себя ответственность

за многие аспекты своей (и не только!) жизни.

Пример из практики

Во время цикла лекций в одной из частных школ после темы «Об ответственности» одна мама поделилась с нами следующим: «Я сына почти с двух лет воспитываю одна. Сейчас ему восемь лет. С его отцом мы не общаемся. У меня бизнес, сеть аптек. Времени катастрофически не хватает. Сын знает, что некому за него что-то делать, привык справляться сам. Еще и за мной следит! Он так и говорит: «Если не приготовлю тебе кофе с бутербродом, так и пойдешь голодная! Давай поглажу тебе блузку, а то опоздаешь». Мне раньше в такие моменты становилось стыдно... Только сегодня, слушая вас, я осознала, что это же, оказывается, хорошо! Значит, он взял на себя ответственность не только за свой завтрак и выглаженные вещи, но и за меня! Пусть пока в мелочах, но все-таки».

Пример этого мальчика показательный. Пусть это не значительное действие. И не важно, что на самом деле мама вполне успела бы погладить свои вещи или позавтракать в другом месте. Важно, что он берет ответственность и тренирует это умение многократным повторением. Только так и появляется привычка. Согласны?

• **Я ответственный — значит, я буду отвечать за конечный результат и я буду контролировать достижение этого результата.**

Рассмотрим *понятие ответственности* с точки зрения проекта «Мой ребенок».

Поскольку мы уже знаем, что ответственность — это умение брать обязательство за соблюдение прав и выполнение обязанностей и отвечать за конечный результат, то как мы будем учить этому? В каких границах?

Начнем с предметного и простого.

Например, входим в комнату ребенка — там беспорядок. А кто ответственный за порядок в ней? Если никого не назначили, то отвечать будет тот, кто старше. Или тот, у кого этот беспорядок сильнее остальных вызывает дискомфорт. Или никто.

Только если детская комната ничья, то она все равно чья-то! Чаще всего — мамина. Почему? Это *ей* неприятно смотреть ежедневно на беспорядок. Это *ей* будет стыдно, если придут гости и увидят это. А если ее ответственность — порядок в квартире вообще, то ничего не остается делать, как самой навести порядок и в детской комнате.

В чем здесь подвох? Давайте вспомним, чего мы хотим от своих детей. Мы хотим, например, чтобы ребенок регулярно и самостоятельно наводил и поддерживал порядок в своей комнате. Значит, хотим, чтобы за состояние этой комнаты (как за конечный результат) он взял на себя ответственность.

Самое интересно, что это еще и логично.

Судите сами: в этой комнате практически нет наших с вами вещей, мебели, которой мы пользуемся. Там одежда чья? Там игрушки чьи? Там мебель чья? Детей. Там играется кто? Там спит кто? Дети. Гости туда приходят чьи? Их же. Тогда почему за порядком в этой комнате должна следить, например, мама? Где здравый смысл? Здравый смысл говорит нам о том, что за состояние этой комнаты должны отвечать дети.

Считается нормой у многих родителей, прежде чем зайти в детскую комнату, постучать и спросить разрешения. Дети требуют, чтобы их личные вещи не брали без спроса. И это нормально. Это право ребенка. Но для себя нужно уяснить следующее: там, где появляются *права*, автоматически должны появляться *обязанности*. А как иначе?

• **Права появляются только тогда, когда берешь на себя обязанности.**

Это ключевое понятие. Это очень важно!

Что такое права, выполнения которых требует от вас ребенок? Это условия, как родителю вести себя на его территории, то есть в его комнате.

А обязанности по этой территории и ответственность за нее остаются на родителях!

Как вам? Заметили подтасовку понятий?

Иными словами, правила поведения в моей комнате устанавливаю я. Но за все, что в ней происходит, отвечаешь ты. Где здравый смысл?

Аналогичная ситуация зачастую происходит и в других границах.

Например, «границы тела». Правила устанавливаю я, ребенок: имею право делать татуаж, пирсинг, соблюдать или нет гигиену на свое усмотрение, экспериментировать со «стилем» причесок, «утверждаться» через сигареты, спиртное и т. д. А отвечаешь за это тело ты, Родитель. И если это тело в результате реализации перечисленных выше «прав» заболеет, травмируется или попадет еще в какие-то неприятности, отвечать (решать, исправлять, лечить и прочее) будешь ты, уважаемый Родитель. И это очевидно. Для нас. Но не очевидно для наших детей.

Почему?

Потому что вредитель сам создает у своих детей вредную

иллюзию того, что бывают в жизни ситуации, когда тебе даются только права, а обязанностей нет. Но это ложь! Так не бывает. И если у ребенка создана такая иллюзия, то это всего лишь означает, что обязанности (неосознанно или умышленно) «переложили» на других: родителей, бабушек и дедушек, братьев и сестер, учителей, друзей и так далее.

• **В жизни права без обязанностей и ответственности не даются! Не обманывайте своих детей. Не приучайте их жить в такой иллюзии!**

Оглянитесь вокруг! Как только у человека появляются права, автоматически с ними появляется спектр обязанностей и ответственности. Как только кто-то получил права на вождение автомобилем, у него автоматически появляются обязанности по соблюдению правил дорожного движения, ответственность за состояние автомобиля и отсутствие дорожно-транспортных происшествий, за пассажиров, которые находятся в его машине, за пешеходов на проезжей части.

Так во всем.

• Права — это *могу делать.*

• Обязанности — это *должен делать*.

• Ответственность — *гарантирую соблюдение вышеперечисленного и отвечаю за результат.*

Никто не хочет во взрослой жизни видеть рядом с собой грязнуль, неумех, «маминых сынков», истеричек, неудачников с королевскими амбициями, беспомощных, ненадежных и неприспособленных.

Все хотят видеть рядом надежных, ответственных, самостоятельных, аккуратных, умеющих заработать, заботливых, инициативных. Одним словом — взрослых.

> Делайте добро своим детям — учите их быть такими!

Не создавайте для детей иллюзорный мир безграничных прав и свобод, безответственности, безусловности, поддерживая эту иллюзию своими ресурсами и усилиями. Обязательно настанет момент, когда вы не сможете или не захотите больше «обеспечивать» эту иллюзию. Ребенок вынужден будет выйти из радужного «мыльного» пузыря в обычную жизнь. Что произойдет с ним тогда? Как он будет себя чувствовать? Чего неосознанно будет искать? Как отношения строить?

Вследствие такого вредительского подхода к воспитанию мы во взрослой жизни получаем:

• юношей, которые боятся принимать решения, не могут найти себе постоянную работу и взять ответственность за

содержание семьи и отношения в ней;

• девушек, которые не умеют строить длительные отношения, боятся и не хотят ответственности за рождение и воспитание детей и домашний уют;

• сотрудников, которые хотят денег, но не умеют и не хотят брать ответственность за свою работу;

• руководителей, которые перекидывают ответственность за несостоятельность своих решений на линейный персонал

• и так далее.

Эти люди не инопланетяне. Эти люди — чьи-то дети. Чьи-то «реализованные проекты». И если счастье их родителей — спокойствие, то, скажите, насколько они счастливы?..

Вернемся к проекту «Мой ребенок» и сформулируем важную мысль.

• Если вы даете своим детям *права* (а дать их можете именно вы, они не возникают сами по себе!), то вместе с правами вы обязаны передать им часть их *обязанностей* в комплекте с *ответственностью.*

• Хочешь иметь право решать, что делать в своей комнате, — возьми посильные обязанности, неси посильную ответственность содержать ее в чистоте, следить, делать, принимать личное участие в посильном ремонте, благоустройстве и так далее.

Как только ребенок получает права на свою комнату, он сразу должен получить блок обязанностей: регулярно убирать, проветривать, хранить вещи в специально отведенных местах. Обязанности — это не только «должен выполнять». Это еще и «запрещено делать»: в комнате запрещено курить, включать громко музыку в вечернее время, сидеть до утра в интернете и прочее. Иными словами, что я, родитель, должен наблюдать на территории твоей комнаты (перечень), а чего не должен (перечень). При выполнении всех обязательств ты получаешь право на пользование своей комнатой. Ответственность за комнату возлагается на тебя.

Заметьте, это просто здравый смысл.

• Хочешь иметь право решать, что делать с телом (татуировки, покраски и т. п.) — возьми посильную обязанность и посильную ответственность за его чистоту, здоровье, ухоженность.

Мы говорим ребенку: «Если ты считаешь, что у тебя есть право делать с телом все, что хочешь, в таком случае весь остальной спектр обязанностей по телу тоже становится твоим. Что это за спектр? Одевать свое тело за свои деньги. Обеспечить ему крышу над головой. Кормить это тело. И так далее. А пока эти условия обеспечивает родитель (читай: несет

ответственность), то и права у ребенка относительно тела ограничены, и любую манипуляцию (например, сделать тату или выкрасить волосы в зеленый цвет) он должен согласовывать с родителями. Это здравый смысл.

И давайте будем честными: вопрос даже не в наличии картинок на теле или в цвете волос. Ничего криминального или непоправимого в этом нет. Вопрос в самом принципе: *приучать детей к соотношению права/обязанности, давать опыт ответственности.*

> Вывод: основная задача всего воспитания — передать ответственность за все, что касается жизни ребенка, ему самому.

Важно постоянно помнить непреложную истину: родители не в состоянии 24 часа в сутки контролировать жизнь и поведение своих детей. Особенно когда те вырастают.

Как только ребенок перестает постоянно находиться в границах квартиры и в границах отношений только с родителями, мы обязаны начинать отдавать ему ответственность а его тело, за его отношения с другими, за его учебу, за его жизнь. Потому что кто-то должен за это отвечать!

> Вы не можете нести ответственность за то, что не находится в зоне вашего контроля 24 часа в сутки. Отдайте ответственность тому, кто 24 часа находится в зоне контроля вашего ребенка — ему самому.

Иначе все это становится бесхозным — никто за него не отвечает.

Верно? Нет! Значит, крайним всегда будет родитель.

Вы не можете контролировать то, как ребенок переходит улицу, как ведет себя в школе, курит ли, пьет и т. д. А он может. И должен это делать. Это его тело, его отношения, его жизнь.

Передаем ответственность за вещи и комнату, тело и самочувствие, за школу и обучение, отношения с друзьями и с нами, родителями.

Понятно, что передача ответственности происходит постепенно. Наша задача: уменьшать зону своей личной ответственности за ребенка и к 18 годам передать ему практически все — его тело, здоровье, отношения, учебу и так далее.

Имейте в виду, что дети периодически будут стараться возвратить вам эту ответственность. Под всяким предлогом.

Пример из практики

Одна мама делилась опытом передачи 12-летней дочке «ответственности за тело и внешний вид».

Договорились, что чистота ее личных вещей теперь только ее ответственность. Принцип простой: все, что грязное, нужно складывать в корзину для грязного белья и регулярно стирать. Если не в корзине, значит, чистое. Задача дочки — доносить до корзины то, что грязное, и раскладывать на полках чистое. Еще гладить те вещи, которые она собирается надеть. «Мы в твой шкаф больше вещи не складываем, их чистоту не контролируем. Делаешь это сама. Понятно?» — «Да». — «Не сложно?» — «Нет». Через неделю собираемся в гости. Дочь говорит: «Мне надеть нечего, все грязное!» Мы отвечаем: «Теперь это твоя ответственность. Если ты не проследила — иди в грязном». «Так вам же стыдно будет, что я так выгляжу!» — и глаза при этом честные-честные. «Нет, — хором отвечаем мы. — Стыдно будет тебе, что мы красивые и чистые, а ты рядом с нами — нет. Нам-то чего стыдиться?! Мы за своими вещами следим исправно». Была попытка отказаться идти с нами. Но мы твердо решили дать опыт, в гости пошли все вместе. Больше у нас вопросов с одеждой не возникало. Более того, подружкам, которые приходят в гости, дочка стала показывать, как красиво в ее шкафу сложены вещи, принялась учить их делать так же!

Практическое задание

Потренируйтесь четко определять права и обязанности для детей.

Возьмите любую из прописанных вами целей. За что мы хотим научить отвечать ребенка в границах этой цели?

Например, «самостоятельно чистит зубы, следить за их здоровьем и состоянием». За что в этой сфере ребенок будет нести ответственность и какие обязанности выполнять? Ответственность за какой конечный результат нести? Здоровые или больные зубы — за это он будет отвечать. Это ведь логично. Это же его зубы. Мы объяснили, как за ними ухаживать и следить. Мы научили его это делать. Мы наблюдали, что он может это делать. После чего говорим: с сегодняшнего дня чистота и здоровье зубов переходит в твою ответственность.

Можно красиво и весело обыграть это: на

праздничном ужине под музыку и аплодисменты вручить сертификат «На передачу ответственности за состояние зубов». «Ты стал взрослее. Поздравляем! Отныне мы не отвечаем, в каком состоянии твои зубы, болят или нет. Все эти вопросы — к тебе!»

Проявите творчество, придумайте свои ритуалы!

Права, на которые наложено табу

Отдельной темой хотелось бы поговорить о правах, которые детям давать нельзя. Потому что это вредно. В первую очередь для самих детей.

1. Право вмешиваться в отношения родителей друг с другом.

Вредитель регулярно обсуждает с детьми второго родителя. Часто при этом не стыдится в выражениях, не «фильтрует» примеры, не сдерживает эмоции.

Нельзя втягивать детей в это!

Подумайте сами: как ребенок, с его уровнем мировоззрения и жизненного опыта, способен объективно и адекватно оценить то, что происходит между родителями? Это смешно и печально одновременно! Смешно, потому что ребенку начинает казаться, что его мнение имеет какое-то значение: раз ты со мной это обсуждаешь, значит, ты дал мне право иметь свое мнение и высказывать его по данному вопросу. А как тогда обстоят дела с обязанностями по этому вопросу? Какие обязанности (тем более, какую ответственность) вы можете дать ребенку в области отношений родителей?! Обсуждая эти вопросы с детьми, один из родителей (или оба) попросту манипулируют своим партнером. Используя для этого детей. И это очень печально.

> Настоящий Родитель щадит своих детей и не перекладывает на них ответственность за отношения с супругом. Обсуждение подобных вопросов с детьми — любимая манипуляция вредителя и табу для настоящего Родителя.

2. Право оценивать вашу работу (карьеру, бизнес).

Принцип тот же. Это право можете дать только вы. Каким способом? Обсуждая эти вопросы с ребенком, заигрывая с ним в «мне интересно твое мнение». Не удивляйтесь, если потом сын вам скажет: «Ты работать не умеешь, а мы в этом году без моря остались!» Или дочь: «У всех в классе родители как родители — начальники, бизнесмены! Одной мне не повезло».

Но позвольте, если у него есть такие права, то у него должны появиться и дополнительные обязанности: поиск лучшей работы, помощь в лучшем трудоустройстве и прочее. Он можешь это сделать? Нет. Опять получились права «судить об этом» без обязанностей? Где логика?

3. Право оценивать финансовое и материальное

положение семьи.

Не будем повторяться. Если кто-то еще не понял, имеет смысл перечитать предыдущие пункты.

> **Пример из практики**
>
> После нашего мастер-класса на эту тему взрослая женщина, мама двоих детей, рассказала: «Как это правильно! В детстве мама «делилась» со мной своими проблемами в отношениях с папой. Я была очень ответственная девочка. И после таких «откровений» у меня возникало стойкое ощущение, что я должна что-то сделать, чтобы изменить ситуацию. Я над этим много думала, переживала, что ничего сделать не могу, мучилась от своего бессилия. В результате чувствовала себя виноватой за то, что происходит между ними! Со своими детьми я этого не делаю категорически. И всякие попытки рассуждать о наших с мужем отношениях, о правильности наших решений и поступков пресекаю».

Вы можете добавить права-«табу» от себя лично, на свое усмотрение, в зависимости от ваших религиозных или морально-этических взглядов, социо-культурных особенностей той среды, где живете.

Принцип остается тот же: нет прав без обязанностей и ответственности.

> Если мы не можем дать ребенку обязанности и ответственность по какому-то вопросу (в силу его возраста, опыта, пола, знаний и умений), то и соответствующих прав он получить не может.

По крайней мере — пока.

«Дружба» с детьми

Сейчас модно дружить со своими детьми. Папы и мамы сплошь играют в игру «мы лучшие друзья ребенку, у нас нет секретов друг от друга, мы делимся всем-всем» и т. д.

Не будем водить окольными путями, пойдем прямо.

Вопрос: для чего и с кем люди дружат?

Дружат «вокруг» чего-то или «по поводу» чего-то. Это может быть увлечение, работа, хобби, пережитый опыт, мировоззрение, религия, культура и другое. В дружбе должна присутствовать некая общность, которая нас объединяет, «вокруг» которой мы дружим. Возможен вариант — «против кого» мы дружим. Но и в этом случае нас объединяет «противопоставление» кому-то.

Вопрос: вокруг чего можно дружить со своим ребенком? Какая общность интересов у нас может быть с ним? Например: хобби — рыбалка. Уровень участия в этом мероприятии ребенка и взрослого очевидно разный. Родитель покупает и готовит снасти, везет на место, продумывает остальные организационные вопросы. Родитель вкладывает в это свое время и усилия. Ребенок просто участвует. Это не дружба. Это совместное проведение времени, обучение, расширение кругозора, способ обучить и приучить к своему хобби. Честно признаем: настоящие друзья по рыбалке — это совсем другие люди. Ведь так? С ними другой уровень и возможности общения, потому что у них другой возраст и другой опыт.

Есть только один повод, по которому мы можем дружить с ребенком. Какой? Жизнь самого ребенка или самого родителя.

Что значит дружить с ребенком по поводу ребенка? По сути, ставить качества ребенка, его интересы в центр общения. Делать их тем «солнцем», вокруг которого будет крутиться наша дружба. То есть показать, что его интересы важнее, чем остальные.

Часто на практике это выглядит как системное заигрывание и подыгрывание: «Я такой же, как и ты, мы на равных». Это является подводным рифом, на который родитель рано или поздно обязательно наткнется.

Как называется этот подводный риф? Отсутствие авторитета.

Мы же с тобой подруги, а значит, на равных. Следовательно, могу тебе как подруге сказать все, что угодно и в какой угодно форме. А потом мамы и папы удивляются, что ребенок имеет право сказать им: «Вышел отсюда и дверь закрыл с той стороны!», «Что за фигню ты на себя напялила, мне стыдно с тобой выйти в город!», «Я объявляю тебе бойкот — разговаривать с тобой не буду, в комнату ко мне не входи!».

Эти примеры — из рассказов родителей на консультациях. Почему складывается такое обращение? Потому что «друзья». В их возрасте и с их друзьями говорить и вести себя так — норма. Почему вы думаете, что с вами будут «дружить» иначе?

«За что боролись — на то и напоролись» — гласит народная мудрость.

Мы же говорим: «Сами такие права и дали. Без обязанностей и ответственности, как обычно».

Есть другая «сторона медали» в дружбе с детьми.

Когда мы играем с ними «в равных», мы создаем прецедент для ребенка думать, что он на самом деле нам ровня: по опыту, по знаниям, по образованию, по способностям, по возможностям. Опасное и вредное заблуждение! Заблуждение, потому что это на самом деле не так. Опасное и вредное, потому что дальше ребенок начинает переносить его в другие контексты. Приходит в компанию взрослых людей и начинает там себя вести, как равный. Хотя он таковым не является. Помните, мы в предыдущих главах приводили пример мальчика, родители которого гордятся его «ранней взрослостью»?

Возможны и другие перекосы. Если мама и папа оценивают ребенка как взрослого, он в это поверил, то зачем ему общаться со сверстниками? Они не ровня. Ребенку взрослых подавай. А остальной взрослый мир под ваши «заигрывания в дружбу» не подписывался. Там все как в жизни. Потому что это и есть жизнь. Там друзей ищут по другим принципам. Вот и получается, что со сверстниками не интересно, а взрослые не принимают. Кто остается? Кто самый верный и надежный друг? Вредитель. Который потом придет на консультацию к психологу и будет лить «крокодильи слезы» на тему «у моего излюбленного чада проблемы в общении со сверстниками».

Вы этого хотите?

Так давайте договоримся: не может быть дружбы между родителями и детьми в полном ее понимании, поскольку изначально они и их роли во взаимоотношениях не равны.

Родители, как минимум, на 18–20 лет старше, они имеют в своем жизненном багаже в сотни раз большего опыта, ответственности, образования и т. д. Где же равенство?

• **Дружба с родителями — это неправильно. Правильно — авторитет, уважение и дистанция.**

Мы говорим, что должна быть не дружба, а авторитет и уважение. Мы же хотим, чтобы нас потом уважали, к нам прислушивались, наше слово и мнение были авторитетными. А откуда это возьмется, если мы друзья? Мнение друга можно учитывать, а можно не учитывать. Можно с другом рассориться.

В конце концов, с возрастом и по ряду других причин круг наших друзей имеет свойство изменяться. Это нормальный, естественный процесс, когда те, с кем мы дружили в детском саду или школе, во взрослом возрасте друзьями нам не являются. Вы такой перспективы хотите от дружбы с детьми?

Дружба с ребенком — это модное веяние, которое потом оборачивается кучей проблем. «Дружбой с ребенком» вредитель сегодня зарабатывает дешевый авторитет, тем самым закладывая фундамент проблем в перспективе.

• **Дети должны дружить со сверстниками.**

Не лишайте своих детей реализации этой естественной потребности — дружбы со сверстниками. Не отнимайте у них возможности научиться строить отношения с равными.

• **Не лишайте своих детей самого ценного, единственного в своем роде ресурса — отношений с родителями как родителями, а не как с друзьями.**

Друзей у них может быть столько, сколько они захотят и смогут найти. А родители — только вы!

> Эмоциональная близость, открытость, принятие, поддержка — это не обязательно атрибуты дружбы. Вы вполне можете давать это своим детям, оставаясь родителями, сохраняя авторитет и дистанцию в тех вопросах, которые мы уже обсуждали выше.

Далеко не всем привычно мыслить в таких категориях. Хотя с позиции здравого смысла все очевидно, правда?

Огромная индустрия трудится над тем, чтобы новые «модные» теории из области воспитания и психологии создавали современному родителю ситуацию «вечной занятости» проблемами этого же воспитания и психологии. Мода пройдет. А проблемы в отношениях с детьми, созданные этой модой, останутся. И решать их потом вам и вашим детям.

> **Подведем итоги главы**
>
> 1. Во всех областях жизни взрослого человека ожидает свод прав и обязанностей.
>
> 2. Права уравновешивают наличием обязанностей. Обязанности уравновешивают наличием прав. Баланс этих чаш дает стабильность и порядок.
>
> 3. Ответственность — это лично взятое обязательство за соблюдение неких прав и обязанностей в определенных границах с целью гарантии ожидаемого результата.
>
> 4. Брать на себя ответственность — это навык,

умение, сформированная и часто не осознаваемая привычка.

5. В жизни права без обязанностей и ответственности не даются! Не обманывайте своих детей. Не приучайте их жить в такой иллюзии!

6. Если мы не можем дать ребенку обязанности и ответственность по какому-то вопросу (в силу его возраста, опыта, пола, знаний и умений и т. д.), то и прав по этому вопросу он получить не может. По крайней мере пока.

7. Дети должны дружить со сверстниками.

8. Не лишайте своих детей самого ценного, единственного в своем роде ресурса — отношений с родителями как родителями, а не как с друзьями!

Глава 9. Ресурсы проекта «Мой ребенок»

Что мы имеем на данном этапе?

Итак, у нас есть цели по отношению к проекту. Мы знаем, каких результатов и в каких областях жизни ожидаем.

Мы знаем, что это дает нам состояние спокойствия — основу родительского счастья.

И положа руку на сердце, признаемся самим себе, что мы это делаем, прежде всего, для себя. Чтобы жить спокойно. Чувствовать себя комфортно. Получать от «проекта» свои «дивиденды».

Итого по пунктам:

1. *Есть цели проекта «Мой ребенок»* — знаем, конкретизировали и записали, что мы ожидаем получить от нашего ребенка в долгосрочной перспективе.

2. *Есть границы проекта «Мой ребенок»* — конкретизировали, записали и отдаем себе отчет, в каких именно аспектах действительно имеем полномочия, имеем реальную возможность влиять, менять, контролировать, а где эти наши возможности зыбки, условны, а то и вовсе иллюзорны.

3. *Есть понимание, от чего на самом деле зависит родительское счастье.*

Ресурсы проекта «Мой ребенок»

Следующим этапом нам нужно выяснить, какие ресурсы необходимы, чтобы наш проект в обозначенных границах был реализован, достиг поставленных целей и подарил нам родительское счастье — спокойствие за будущее наших детей. Другими словами, какие условия нужны, чтобы наши дети в перспективе делали самостоятельно то, что мы обозначили как долгосрочные цели по четырем аспектам.

Ресурс — франц. ressource, древнефранц. resourdre — подниматься снова, вставать еще раз. Его корневой смысл (re — снова, sourdre — возникать, вырасти, взойти) — возобновление.

Иными словами, ресурс — это системно возобновляющиеся условия, при наличии и с помощью которых мы можем получить желаемый результат.

Традиционно мы предлагаем делить **ресурсы на 5 категорий**:

1. Время как ресурс

Детьми надо заниматься!

Ежедневно. А это требует времени.

Да, родители могут часть забот по проекту «Мой ребенок» отдать на «аутсорсинг» — родственникам, няням, соответствующим общественным организациям и социальным институтам (детским садам, школам, кружкам, детским площадкам, хобби-курсам для детей). Это высвобождает родителям ресурс «время», который они перенаправляют на работу, быт, личные интересы, общение, отдых и прочее.

> Время — единственный ограниченный и невосполнимый ресурс. 24 часа в сутки — у всех!

И это разумно. Потому что:

В главе «О вложениях и ожиданиях» мы давали задание посчитать время, вкладываемое в проект «Мой ребенок». Кстати, вы сделали это?

Родителю важно знать не только количество времени, вкладываемое в проект «Мой ребенок».

Нужно оценивать и качество вложенного в ребенка времени: что именно вы делаете в это время? Насколько полезно вы используете этот драгоценный во всех смыслах ресурс в общении со своими детьми?

Пример из практики

Мама двухлетней девочки. Юрист, частный нотариус.

— Я родила дочь по современным меркам поздно, в 34 года. Это был осознанный и взвешенный шаг. Мы с мужем подготовились — все материальные вопросы были решены. Беременность планировали. Все получилось, как хотелось. То, что я не буду надолго делать перерыв в карьере, тоже наше с мужем обоюдное решение. Есть няни, есть бабушки.

Поэтому я вышла на работу, когда дочке исполнился месяц. Днем ее привозили ко мне на кормление. После 18.00 я возвращалась домой. Так что все нормально.

Но время идет. Дочь растет, и меня стало мучить внутреннее противоречие. С одной стороны, я не хочу бросать свою работу. Я ее действительно люблю. Более того, я знаю, что дома не смогу усидеть — это не мое! С другой стороны — я чувствую вину за то, что уделяю мало времени своей девочке.

Что с этим делать?

— Мало — это сколько? Сколько времени ежедневно вы проводите с дочкой? Считали? Сколько процентов времени уделяете ей?

— Хорошая мысль! Нет, точно не считала. Но это не сложно сделать — почти каждый день я делаю одно и тоже. А как считать?

— Время на свой сон вычтите сразу. А время активности берите за 100 %. И высчитывайте, сколько уделяете общению с дочкой. Только считать надо все — и когда купаете, и когда ночью встаете, и когда кормите, и когда по телефону среди дня разговариваете.

— Даже сейчас, на вскидку, думаю, что не меньше 30 % ежедневно будет. А если посчитать — думаю, больше окажется. Как бы и не мало, с учетом всех остальных необходимых временных расходов! (Смеется). У меня же еще правило: 3 часа вечером я должна провести только с дочкой. Прогулки в парке, детская площадка, дома с ней позаниматься. Я стараюсь, чтобы все время было разнообразно. И очень мучаюсь, потому что выделить ей ежедневно вечером 3 часа подряд сложно! Есть домашние обязанности. Или нас позовут в гости. Муж тоже хочет провести время вдвоем со мной, пойти куда-то. Но я же дочке должна! Из-за этого у нас с ним ссоры. А если я эти 3 часа ребенку не уделю — чувствую себя виноватой.

— Как вы думаете, ваша дочь понимает, что такое 3 часа? Она может отследить, что прошло именно это время? Если будет не 3, а 2 часа, что это изменит в ваших с дочерью отношениях? Почему именно столько?

— Нет, конечно, она не понимает! Это я сама так решила. Чтобы она не чувствовала себя обделенной, уделять ежедневно столько времени только ей.

— Что вы делаете в это время? Конкретно?

— Ну, по-разному. Если честно, то из этих трех часов чистого общения — час, не больше. Она же еще маленькая, ей все время разное подавай! Поэтому и выбираю места, где есть чем ее развлечь. Она с детьми на игровой площадке бегает, а я документы по работе изучаю или книгу читаю. Но я же с ней все 3 часа!

— Так что для девочки важнее — 3 часа времени «от звонка до звонка» или качество вашего общения, пусть меньше по времени, но также ежедневно и насыщенно, интересно и полезно?

— Вы хотите сказать, что вопрос не в «трех часах ежедневно», которые я сама себе придумала. Вопрос в том, как именно мне организовать ежедневное общение с дочкой, чтобы ей было интересно, полезно, она не уставала, а мне радостно и спокойно? Хм!.. Это же можно так: полчаса вместе ужин готовим, десять минут вместе посуду моем, полчаса вместе мультики смотрим, веселимся, полчаса вместе учим мишку собирать лего и т. д. Это время я действительно буду с дочкой, уделю ей, а не проведу просто рядом, лишь бы считалось, так?.. И папа наш с удовольствием это поддержит! Делать будем вместе, все довольны, и время высвободится! Спасибо!

Здравый, объективный взгляд со стороны способен сэкономить родителям временной ресурс и повысить качество и продуктивность его использования. Наблюдайте за собой!

2. Материальные ресурсы, деньги

Деньги любят счет.

Дети — дорогое удовольствие. И с каждым годом становится все дороже. В главе «О вложениях и ожиданиях» мы предлагали вам просчитать «затратную часть» проекта «Мой ребенок». Кстати, вы сделали это?

Для родителя важно уметь не только регулярно считать и показывать ребенку, что вы заботитесь о нем. Важно также

анализировать, во что именно вы вкладываете материальные ресурсы, деньги, когда думаете, что вкладываете в детей.

Пример из практики

Ведем консалтинговый проект в одной компании. Ее собственник в неформальной беседе делится воспоминаниями о детстве.

— Мое детство было не просто безбедным. Оно было шикарным!

Родители занимали руководящие должности. А в те времена, кроме престижа, это еще и возможности. Все самое модное и фирменное было у меня — еда, одежда, велосипед (потом мотоцикл), обстановка в квартире, ремонт, отдых. Я даже в «Артеке» был! Кто не застал период тотального дефицита, тот не поймет. Но кто родился и жил тогда, тому ясно, какое «шоколадное» детство мне досталось.

Только обратная сторона медали была очень горькой. Я практически не видел своих родителей. Проще было найти их фото на страницах местной газеты, чем увидеть дома! Намного позже, когда у меня появился свой бизнес и семья, я понял, как нелегко было на самом деле моим родителям.

Но в детстве все выглядело иначе. Я был уверен: крутыми и дефицитными подарками родители просто откупаются от меня! Обид было много...

Поэтому главным принципом в отношениях с моими детьми считаю: «Не откупаться, а вкладывать! Не в крутые «навороты», а в общие впечатления, в пережитое вместе».

Я могу купить им отдых где угодно, в любой точке мира. Но мы все вместе покупаем рыбацкие снасти, рюкзаки, палатки и прочий туристический инвентарь и так же вместе едем на озеро. Вместе ловим рыбу, вместе ставим палатки, разжигаем костер, готовим уху. Хотите, фото покажу, какую щуку мы поймали? Кому говорю, что я никакой не рыбак, только по интернету о рыбе и снастях кучу информации пересмотрел и вот результат — никто не верит!

Или вот. Я могу нанять лучших мастеров, и нам сделают супер-ремонт в детских комнатах. Но мы несколько месяцев вместе с детьми планировали, выбирали цвета, материалы, интерьер. Потом вместе покупали. Потом учились вместе красить, клеить и

прочее. Делали, переделывали... И не важно, что эти переделки обошлись мне в итоге дороже любого суперремонта. Зато мы и дети вместе такой опыт получили! Они до сих пор всех наших гостей в свои комнаты как в музей ведут. О каждом сантиметре как о покорении Эвереста рассказывают!

Я благодарен своим родителям за обеспеченное детство — это так. Но хочу, чтобы мой сын помнил в детстве не «фирменные джинсы с крутой «лейбой», которых не было ни у кого в городе», а то, как он с отцом тащил здоровенную щуку — первую в своей жизни — и вкус ухи из этой щуки. И чтобы дочь помнила не то, что в детстве на завтрак всегда была красная икра. А то, как они с мамой, втихую от нас, ночью (!), переклеивали отпавшие листы обоев, чтобы утром мы с сыном не чувствовали себя неумехами. Это мы по-мужски экспериментировали с клеем — неудачно. А девочки делали все по инструкции — их листы приклеились прочно. Вот они и решили тихонько «спасти нашу честь и достоинство».

Да, проще и быстрее по времени, усилиям (а иногда и по деньгам!) купить детям очередной айфон или отправить их в очередной раз на отдых к теплому заграничному морю, чем полгода «играться» в ремонт детских комнат. И можно объяснить себе, что такие «вложения» в детей полезней, чем «заставлять их клеить обои».

Не откупаться, а вкладывать!

Но так ли это? Ответьте, пожалуйста, на этот вопрос.

3. Ваши личные качества как ресурс

Посеешь привычку — пожнешь характер.

Образ родителей, их опыт, их привычки, черты характера (недостатки не исключение!) могут служить личным примером для детей. Очевидно, не всегда и не во всем.

Умело распорядиться своим «личным жизненным багажом», чтобы он не мешал, а помогал процессу воспитания, способен далеко не каждый родитель. Чего только стоят наши «слепые зоны» — те самые черты и привычки, которые мы настойчиво в себе отрицаем и так же настойчиво демонстрируем в ежедневном поведении детям.

Помните пример с Дашей, которая «только конфеты и печенье ест»? Поверьте, ее мама искренне и глубоко убеждена, что заботится о здоровье дочери и делает для этого все, что от

нее зависит: «К врачам ходим самым лучшим. Лекарства — самые дорогие. И чего гастрит хронический? Может, от деда передалось по наследству? У него тоже с желудком проблемы были».

Чтобы родителю справиться с этой задачей, просто прочесть книгу (пусть даже толковую и практичную!) недостаточно. Для этого есть индивидуальные или групповые обучающие мероприятия — как минимум. Последовательная и, признаемся честно, не всегда приятная работа над собой.

И это лишь маленькая доля того, что имеет смысл делать в данном направлении. В последней главе мы поговорим о том, какие еще важные жизненные проекты ведет и реализовывает каждый из нас. Возможно, после ее прочтения тема «Личность родителя» предстанет для вас в ином свете?

Пока же достаточно понять, что ни одна долгосрочная цель по отношению к ребенку как проекту не будет достигнута, если вы не приложите к ней соответствующих личных качеств. Ведь кроме вас — некому. А есть они у вас или нет — судите сами.

4. Информация как ресурс

Мы живем в информационном пространстве. Оно растет, ширится, множится. Чтобы не потеряться, не заблудиться в современных информационных лабиринтах, нужно уметь работать с информацией. Важное умение для родителя — делить поступающую информацию на:

• полезную;

• не полезную.

Самый смекалистый читатель уже догадался, что будет «критерием полезности».

Помогает или мешает данная информация мне как родителю в достижении долгосрочных целей проекта «Мой ребенок»? Помогает — значит, полезная: стоит вкладывать деньги в ее приобретение, время в ее изучение, личные качества на ее использование, внедрение. Мешает достижению долгосрочных целей — отсеиваем за ненужностью.

Пример из практики

Знакомый шутил как-то: «У наших соседей очень интересная семья! Он в бизнесе — практически всегда занят. Она домом и ребенком (девочке шесть лет) занимается — в общем, классика. В нашей общей компании уже стала привычной шутка: мы узнаем, какую книгу или какой ролик в интернете посмотрела соседка, по тому, в какую очередную секцию ходит их дочь или на какой очередной диете сидит муж! Она энергичная, времени свободного много, возможности есть — вот и

экспериментирует. За шесть лет мы уже сбились со счета. С одной стороны, вроде бы все хорошо — пусть ребенок пробует разное, всестороннее развитие и т. д. Но с другой стороны, мама своей активностью не дает девочке даже понять, нравится ли ей то, чем она сейчас занимается, или нет, добиться хоть каких-то результатов. Девочка так и говорит: «Я уже знаю, что ролики нам тоже не подойдут — мы целую неделю тренировались. Мама сейчас про ушу смотрела. Скоро туда пойдем записываться!»

Классический пример отсутствия конкретных долгосрочных целей и неумения работать с информацией.

Внешне выглядит как «я все время занимаюсь ребенком, вкладываю в это все силы». А на самом деле девочку приучают к постоянной и быстрой смене «интересов». При этом не надо пытаться научиться, освоить, достичь результатов — все равно через неделю появится что-то новое. Как дальше эта привычка отразится на жизни девочки? Какие результаты даст? Попробуйте предположить вы, уважаемые читатели!

5. Коммуникативные умения, знакомства, связи, другие люди в окружении как ресурс

Люди в нашем окружении и наши отношения с ними — это ресурс.

Все, что есть в нашей жизни, мы получаем от людей или через них. То, что мы едим, где живем, какую одежду носим, на каком транспорте передвигаемся и т. д. Известную байку о том, что 100 % самостоятельно человек не способен сделать даже чашку капучино, слышали если не все, то многие. И это действительно так.

Мы не в состоянии делать сами все то, чем привыкли пользоваться. Чтобы получить привычное, мы обмениваемся. Чаще отдаем такой ресурс, как время или деньги (поэтому они и являются основными мерилами ценности в современном обществе), а получаем за них практически все остальное.

Есть в жизни каждого такие люди, которые «обмениваются» с нами не за деньги. А потому, что *мы друзья*; потому, что *ты хороший человек*; потому, что *я тебя люблю*; потому, что *ты меня столько раз выручал*, и т. д. Это наши ценные люди. Отношениями с ними мы дорожим.

Кстати, не всегда они родные по крови. Достаточно часто это родные по духу люди. Они могут нам помочь, поддержать, сделать, дать, в конце концов, просто сочувственно выслушать! Иногда именно это важнее всего.

Процесс рождения и воспитания ребенка был бы не возможен в принципе без участия в нем стольких людей. Напрямую или опосредованно — не важно! Поэтому хорошим Родителям обязательно и постоянно нужно строить отношения, поддерживать их, договариваться и передоговариваться с людьми в своем окружении, чтобы они помогали, поддерживали (на худой конец — хотя бы не мешали) процессу воспитания, достижению долгосрочных целей.

• **Людей нужно ценить и уважать. Но важно также смотреть, кто у нас «люди»!**

Опять же, наличие и понимание долгосрочных целей проекта «Мой ребенок» в соответствии с четырьмя аспектами жизни облегчает процесс подбора «людей»: с кем общаться на эту тему, кому доверять, к кому можно обратиться, на чью помощь можно рассчитывать.

• **Критерий прост: полезен — не полезен, мешает — помогает.**

Обратите внимание! Помогает и полезен — это не значит только «дал денег» или «согласился посидеть сегодня с ребенком». Иногда своевременная и конструктивная критика принесет во много раз больше пользы, чем сиюминутная помощь в размере энной суммы денег. Полезность мы оцениваем с позиции получения результата в перспективе.

Вот перечень ресурсов, который мы используем для воспитания ребенка. Очевидно, что в первую очередь большинство из нас использует время, материальные и личные ресурсы.

Практическое задание

Откройте список долгосрочных целей, которые вы писали по четырем аспектам, с обозначенными границами, в которых эти цели вы планируете достигать. Возьмите хотя бы по одной из разных областей и сделайте «ревизию своих ресурсов» для этой цели. Запишите, каких не хватает. Подумайте, где это можно взять, чем заменить, где научиться, кого из окружения «подключить» и т. д.

Процесс этот интересный, творческий! Не обязательно выполнить все и сразу. Можно делать это в несколько подходов, желательно объединив с ведением Дневника. Обсудить это двум родителям между собой.

Возможно, в процессе «ревизии ресурсов» вы захотите подкорректировать цели. Причем не обязательно упростить их!

Пример из практики

Пара, с которой мы вели индивидуальное обучение и сопровождение, очень «боялась» «ревизии ресурсов». Родители оттягивали этот этап, как могли! «Срочно в командировку» ездили, «родственников встречали», у него даже «шея заболела неожиданно». Они и сами над этим смеялись, мол, понимаем, что это наши страхи не дают двигаться дальше. Решили, что они сделают это не самостоятельно, а с нашей помощью. Хотя бы по основным целям. Пусть это займет больше времени, главное — результат. Мы разобрали с ними всего четыре цели — по одной из каждого сегмента. Причем последнюю они разбирали практически сами, перебивая и дополняя друг друга!

«Мы, оказывается, столько всего имеем и не используем! Даже умению мамы приготовить вкусно из почти «пустого холодильника» нашли применение! И мой «юношеский опыт» мотоциклы ремонтировать тоже может быть полезен. Надо цели дописать, а то столько «добра» пропадет!»

Конечно, не все из того, что вы имеете, умеете, знаете, получится передать своим детям. Да и зачем?

Осознание того, что у тебя есть на самом деле, чем при случае или необходимости ты можешь поделиться, чему научить, что показать или посоветовать, делает любого родителя увереннее и… мудрее.

О мудрости… и не только!

Бытует мнение: человек с возрастом становится мудрее, потому что умнеет. Это не так! Не становится с возрастом человек умнее в прямом смысле этого слова.

Учеными давно доказано, что с возрастом умственные способности, наоборот, иссякают: снижается скорость, мобильность психических процессов (память, мышление, воображение и т. д.), способность организма быстро восстанавливаться. С возрастом требуется прикладывать в разы больше умственных усилий для постижения нового, постоянно тренироваться, чтобы «не потерять форму»: читать, учить наизусть, фантазировать, наблюдать, анализировать, пробовать.

Откуда же берется мудрость? Ответ на этот вопрос становится очевидным, когда начинаешь пристально наблюдать за поведением взрослых людей.

Первый вывод: мы ежедневно делаем плюс-минус одно и то же, в привычном окружении, в привычных местах. С минимальными отклонениями, дополнениями, упущениями. Дом — работа — дом, отдых, общение.

Второй вывод (логично вытекающий из первого): более 90 % нашего ежедневного поведения автоматично, шаблонно, стереотипно. Наш внутренний «автопилот» — великая сила! Это он ведет машину, закупает продукты, готовит еду, общается по телефону, смотрит телевизор, листает новостные ленты социальных сетей, пьет кофе с подружками или пиво с друзьями, занимается сексом (ой, что, правда?!), скандалит, выполняет основные обязанности по работе, и… да! — воспитывает детей в основном тоже он.

Способность нашей психики: сделав несколько раз какое-то действие (поведенческое или мыслительное — не важно) и получив более или менее ожидаемый результат, дальше не включаться в этот процесс осознанно. Зачем напрягаться? Если можно сделать из этого шаблон и передать его на исполнение «автопилоту». Природа разумна и экономна!

Представьте, если бы вы и через 5 лет вели машину, постоянно напрягая мозг и тело, как в первый раз: вспоминая, в какой последовательности и что переключать, напоминая себе о необходимости контролировать обзор, отслеживая знаки и пешеходов. Никто бы за руль не хотел. Такое напряжение! Пахота!..

То ли дело — месяц-два потренировался, отработал автоматизм, и… могу за рулем общаться, думать, музыку

слушать. Вождение автомобиля — в радость. Внутренний «автопилот» лучше знает, когда отжать ногой педаль, когда перевести взгляд на боковое зеркало, когда и какой рукой включить поворот. И прекрасно с этим справляется. Счастье!

Так же этот механизм действует во всех областях, контекстах взрослой жизни человека.

Поведение и мышление людей стереотипно, шаблонно, повторяемо.

В чем «плюсы» и минусы» такой особенности природы человека, как это можно сознательно использовать, как при необходимости корректировать — тема не этой книги.

Вернемся к мудрости.

Возможно, на этом этапе уважаемый читатель сможет самостоятельно ответить на вопрос о природе человеческой мудрости, которая приходит с возрастом? Что на самом деле значит мудрость, которая приходит со временем (читай: с опытом)?

Ответ таков: не умнеет, а «набирается ума». Не становится мудрее, а нарабатывает большое количество шаблонов, стереотипов, готовых программ поведения для передачи «автопилоту».

У детей с рождения такого количества шаблонов, очевидно, нет. Их «автопилот» реализовывает пока врожденные, природные, в основном физиологические шаблоны поведения: спать, ходить в туалет, плакать, если больно или хочется кушать. По мере взросления и в процессе воспитания родители формируют новые шаблоны: говорить, ходить, кушать ложкой и вилкой, проситься на горшок (в перспективе — самостоятельно контролировать и выполнять этот процесс) и так далее.

В процессе воспитания и обучения мы стараемся передать ребенку как можно больше «своей мудрости», считая, что таким способом он избежит наших ошибок и жить ему будет легче.

Однако передать детям 100 % «своей мудрости» вы не сможете.

Во-первых, это ваш опыт. Он может стать опытом ребенка лишь частично. Для этого нужно отдельное умение «обучать и передавать». Это на самом деле непросто! «Делай, как я» работает и дает ожидаемый эффект далеко не всегда.

Во-вторых, это и не нужно. Мир вокруг (правила, мода, общественные отношения, законы, морально-этические принципы) меняется сейчас настолько быстро, что через два-три года «ваша мудрость» детям просто не подойдет — устареет. Или «ваша мудрость» из ваших контекстов, областей жизни в их контекстах и областях жизни будет просто не применима — там

нужны другие шаблоны и стереотипы.

Пример из практики

Последние несколько лет мы активно работаем над проектом «Наследник бизнеса». Это актуальная проблема для нынешнего поколения бизнесменов-родителей на постсоветском пространстве. Сами бизнес создавали, сами развивали, большинство и сейчас продолжают активно им заниматься. А как иначе?

Пока моложе были, о наследниках особо не задумывались. Предполагали, что само как-то сложится.

Что мы наблюдаем сейчас? Массовую панику. А бизнес-то передать некому! Пока думали, что рано, оказалось — поздно.

Как и во многих других случаях, не вина, а беда и родителя, и ребенка. Никто не учил. Бизнес у нас не имеет пока 100-летней истории. Нет опыта «готовить наследников».

По нашей статистике, количество обращений к нам за помощью по этой теме за последние 5 лет увеличилось в 10 раз! И это только те, кто обратился. А кто пытается сам? Или, перепробовав все, на что хватило фантазии и опыта, «похоронил» эту цель по причине недостижимости.

Приведем пример из работы в проекте «Наследник бизнеса».

Отец двух сыновей — собственник бизнеса. Точнее, нескольких бизнесов — производство, логистическая компания, экоферма. Особо о «наследнике» не беспокоился — два сына все-таки. Даже есть из кого выбирать!

Решение дать старшему сыну высшее экономическое образование в Англии выглядело логичным и обоснованным. Аргумент очевидный: страна с такой историей ведения бизнеса, такой основательной «школой бизнеса» сможет дать нужное образование. «Я бизнесу не учился, сам «шишки набивал». Пусть сын обучится и будет потом вести наш бизнес как положено, по науке».

Во время каникул перед выпускным курсом отец решил устроить сыну «полное знакомство с будущими владениями». После двух недель поездок и общения, изучения цифр и графиков, совещаний и наблюдений сын категорично заявил: «Я тут не останусь. Я лучше пойду на любую самую низкую должность там. Так

нельзя вести бизнес! У вас все не так — люди, законы, бизнес-процессы, порядки». Никакие аргументы по типу «это успешно работает уже не один десяток лет», «все так ведут» не помогли. «Я останусь там» — и точка.

Так старший сын остался в Англии. Хороший, умный, образованный парень блестяще прошел ряд собеседований, получил высокую (для своего возраста и опыта) должность, работает, доволен, все хорошо. Проект «Мой ребенок» удался. Проект «Наследник бизнеса» потерпел фиаско.

С вопросом «Как младшего сына подготовить к передаче бизнеса?» отец обратился к нам. Благо, мальчику еще 10 лет, есть время. Это раз. И у него есть задатки нужных качеств. Это два. Совместно мы разработали программу подготовки младшего сына. Помогаем контролировать и корректировать.

Отец доволен первыми результатами: сын сам интересуется бизнесом (задает при этом толковые и конкретные вопросы), сам вызывается ехать с отцом на разные объекты, сам просит дать сделать что-то простое из обязанностей «линейного персонала». В спортивной секции его тренер говорит: «Когда дежурит на тренировке ваш сын, я спокоен: порядок будет идеальный. Он так всем задания даст и проконтролирует, как у меня не получится».

Подытожим. У каждого поколения и в каждом обществе — своя «мудрость». Передача от одного к другому на 100 % не возможна. И не нужна!

• Нет задачи вложить в детей как можно больше своего. Так поступает вредитель! А дети потом мучаются с нерабочими установками и шаблонами, ходят к психологам своих «тараканов погонять или драконов приручить».

• Есть задача научить детей быстро и легко адаптироваться к постоянным изменениям, самостоятельно находить решения и нести за них ответственность. Помните об этом?

А свою мудрость они наработают в процессе жизни.

На этом книгу можно закончить.

Знания о том, как именно грамотно обучать детей, как делать это с меньшими усилиями (экономя собственные ресурсы) родителей и большей гарантией результата, не вызывая возмущения, сопротивления, обид и саботажа со стороны детей, можно получить только в ходе личного обучения — индивидуального или

группового.

Пошаговый алгоритм формирования умения, навыка делать что-либо самостоятельно и регулярно — практическая часть нашей авторской модели воспитания детей — предполагает не *знать*, как правильно делать, а *уметь это делать*.

Но было бы нечестно с нашей стороны умолчать о еще одном ключевом моменте, который обеспечивает человеку самостоятельность и регулярность поведения — ту самую внутреннюю мотивацию.

Обучить пользоваться этим с помощью книги мы не сможем. Но показать принцип, дать родителям возможность замечать, отмечать и расставлять акценты в процессе воспитания — вполне.

В следующей главе нас ждет знакомство с тем внутренним механизмом человеческой психики, благодаря которому ребенок делает что-либо сам и регулярно.

Подведем итоги главы

1. Для достижения долгосрочных целей проекта «Мой ребенок» родителям нужны ресурсы.
2. «Ревизия ресурсов» по пяти критериям дает родителям объективную картину их реальных возможностей.
3. У ресурсов есть разные характеристики. Например, время характеризуется не только количеством, но и качеством. Полезно это учитывать!
4. Критерий подбора ресурсов прост: полезен — не полезен, то есть мешает или помогает достижению долгосрочных целей проекта «Мой ребенок».
5. Опыт родителей может стать опытом детей, но для этого нужно отдельное умение обучать и передавать.
6. Нет задачи вложить в детей как можно больше своего. Так поступает вредитель! А дети потом мучаются с нерабочими, устаревшими установками и шаблонами, ходят к психологам своих «тараканов погонять или драконов приручить».
7. Задача родителей — научить детей быстро и легко адаптироваться к постоянным изменениям, самостоятельно находить решения и нести за них ответственность.
8. Без этого умения принцип «делай, как я» не работает и не дает ожидаемого эффекта.
9. Житейская мудрость обязательно появится у наших детей с годами и опытом.

Глава 10. О мотивации и самомотивации

В предыдущих главах мы упоминали о «внутреннем зуде» (часто не осознаваемом, но на 100 % работающем), о механизме запуска «внутреннего дискомфорта» в те моменты, когда мы делаем что-то не так или не делаем того, что должны делать.

Пришло время познакомиться с ним ближе.

О степени взрослости человека мы судим не по возрасту и биологическим параметрам, а по наличию и силе этого «внутреннего зуда», по его распространенности на все сферы жизни. Мы называем этот природный механизм внутренним тренером.

Скажите, кто заставляет взрослого человека каждое утро вставать, например, в 6 часов? Ведь по факту никто рядом с плетью не стоит, никто по 5–10 раз в спальню не заходит, одеяло не стягивает, холодной водой не брызгает и не кричит «Подъем!». Да и зачем ему рядом стоять и все это делать? Он уже давным-давно поселился у нас в голове.

Он — «внутренний тренер»!

Его голос настойчиво звучит каждое утро у нас в голове: «Вставай! Не встанешь — уволят. Не получишь зарплату. Лишишься своего комфорта и жизненных удобств. Помрешь с голоду. Вставай!»

Да, мы сгустили краски, это не происходит так буквально, и большинство из нас не осознает «голос» внутреннего тренера. Но беспокойство, дискомфорт, тот самый «внутренний зуд» мы вполне способны ощутить. Спать хочется, вставать не хочется, но дискомфорт от «внутреннего зуда» нарастает. И человек встает из теплой постели. И внутренний тренер успокаивается — спадает ощущение дискомфорта.

На время. Потому что автоматически запускается «внутренний зуд» по тысяче других вопросов: «Маме позвонить не забудь!», «У тебя все сроки по проекту горят, что себе думаешь?», «Машину на СТО пора отогнать», «Кто обещал делать зарядку по утрам?» и так далее.

А если человек не встает вовремя и, как следствие, опаздывает? Почему? «Внутренний тренер» слабоват.

Бывает наоборот — настолько сильный внутренний тренер, что даже в выходной день будит нас, не дает расслабиться и поспать.

Многие называют это привычкой. И мы согласны: привычки

именно так формируются. Годами дружбы с «внутренним тренером» — годами выполнения какого-то действия при появлении «внутреннего зуда». Не будет «внутреннего тренера» — не будет привычки. А значит, не будет умения делать что-либо самостоятельно и регулярно.

В чем секрет детской беззаботности, безответственности и взрослой собранности, ответственности?

Ответ один: в наличии или отсутствии «внутреннего тренера».

Как рождается, формируется и крепнет наш «внутренний тренер»?

Рассмотрим простой пример.

Хотим, чтобы ребенок сам чистил зубы ежедневно утром и вечером. Вначале нужно научить его необходимым действиям по процессу чистки зубов, что и в какой последовательности нужно делать, и убедиться, что он умеет физически делать это сам. Помните наш первый тест: умеет — не умеет?

Мы:

• вначале 3–5 раз показали пример;

• потом 3–5 раз сделали вместе с ребенком;

• потом 3–5 раз наблюдали со стороны за тем, как он делает сам, и корректировали, если он где-то ошибался;

• потом 3–5 раз только наблюдали и убедились, что корректировать нечего — ребенок умеет сам чистить зубы.

А дальше начинается самое интересное! Если мы рядом: контролируем, настаиваем, уговариваем, играем — зубы чистит. Если нас рядом нет — в лучшем случае зубную щетку под струей воды прополоскал. В ход идут «объяснялки»: забыл, чистил — уже «испачкалось», воды не было, опаздывал.

Мы называем такой прием «отсутствие результата + красивая история».

Дети — профессионалы в «красивых» историях! Но вопрос не в этом.

Почему взрослый человек чистит зубы, а ребенок — нет? Хотя умеет. Чего ему (в отличие от взрослого) не хватает? Понятно, внутреннего тренера.

Можно сказать по-другому. У ребенка отсутствует свод правил, система убеждений и ценностей, закрепленная на опыте. То, что называется мировоззрением, которое объясняет, почему это делать важно и что будет, если этого не делать.

Следовательно, внутренний тренер — это связка «ценности + убеждения + многоразовый опыт». Ее и называют мировоззрением.

Ценности + убеждения + многоразовый опыт = «внутренний тренер», или мировоззрение

Только эта связка дает нам возможность получать самостоятельное регулярное делание — самомотивацию, о которой так любят рассуждать современные психологи и мотивационные тренеры.

Нет такой связки, и рядом нужен внешний тренер: тот, кто бы «подпинывал», уговаривал, убеждал, заставлял, завлекал... мотивировал! Родители, друзья, мужья и жены, начальник.

Нет этой связки — мы имеем только разовое поведение и постоянную потребность во внешнем «мотиваторе».

В детском возрасте мировоззрение практически отсутствует. Опыт — тоже.

В процессе воспитания мы начинаем его развивать и формировать. Чаще всего стихийно и хаотично.

Что такое опыт? Это когда человек многократно оказывался в большом количестве разных ситуаций, выработал в них свои шаблоны мышления и поведения. У него есть большое количество «жизненных заготовок». С годами многие отшлифованы до совершенства. Человек применяет ту или иную, оказавшись в схожей ситуации. Поэтому и говорят: «С возрастом стал мудрее».

У ребенка этих заготовок нет.

Важно:

• дать возможность получит как можно большее количество заготовок;

• обучить пользоваться ими, переносить в разные сферы жизни;

• самостоятельно создавать новые.

Есть некое сходство с конструктором «Лего». Чем больше базовых кубиков, сегментов, составляющих деталей будет у ребенка, тем проще и быстрее он сможет сложить нужную в данный момент конструкцию.

Что делает вредитель? Он не дает ребенку «базовых кубиков», не обучает умению складывать новые конструкции для разных задач. Кубики держит при себе и в любой новой ситуации норовит ребенку дать готовое, сложенное мамой и папой. Тем самым приучает пользоваться в жизни только тем, что могут дать родители, при каждой новой и неожиданной ситуации бежать к ним, отдавать ответственность им.

Пример из практики

В кофейне. За соседним столом сидят две мамочки с дочками около трех и шести лет. Обсуждают тему развития детей при помощи детских журналов. Обе

имеют свое мнение. Высказывают его вызывающе громко, эмоционально. По ходу дискуссии регулярно обращаются к детям, дают им указания, советы: «Ева, убери ручки изо рта! Не трогай заколку!», «Маша, дай Еве карандаш! И покажи, как ты мишку рисуешь!». Воспитывают. Младшая девочка попросилась в туалет. Кофейня небольшая, где туалет отлично видно с любого столика. Мамочка старшей девочки отправляет ее провести младшую. Долго и пространно объясняет, как дойти, что там делать. Девочка в нерешительности мнется… отходит на пару шагов… возвращается… «Я не знаю, где там свет». Мама опять объясняет… девочки идут… возвращаются назад… «как включить свет?». Мама старшей вскакивает, берет их за руки, ведет в туалет (командным тоном объясняет по дороге: «Все так просто, ну что же ты такая мямля!»), включает свет, ждет, выключает свет, приводит обратно за столик.

Вредитель в данном примере скажет: «Все правильно: показала, объяснила, чтобы в следующий раз дочь могла самостоятельно сделать. Я всегда так делаю!»

Наш мудрый родитель заметит, что мама в данном примере не дала дочке получить опыт самостоятельного делания. И не впервые. Судя по тому, насколько девочка для своих шести лет нерешительная. Туалет был рядом, выключатель стандартный, расположен на метровой высоте от пола. Девочке предстояло выполнить действия, которые шестилетний ребенок наверняка делал неоднократно в других местах. Но получить собственный опыт делания привычных действий в новом месте — это и есть «сложить новую конструкцию из знакомых кубиков “Лего”».

Кстати, через несколько минут история повторилась. «Маша, попроси, пусть официант принесет счет». В итоге мама сама пошла за счетом, громко объясняя Маше по дороге, как это нужно было сделать.

Если спросить маму, хочет ли она в будущем видеть свою дочь самостоятельной — она, конечно, ответит «Да!». И в качестве подтверждения, скорее всего, приведет аргумент: «Я же постоянно объясняю дочке, как правильно делать». А как же баланс «знать» и «уметь»? Опять «жизнь научит»?

Вот вам и область для наблюдения за собой.

Ситуация пустяковая, скажете вы? Да, согласны: сама по себе

эта ситуация незначительная. Но мы с вами уже знаем, что из пустяков и мелочей сложена наша ежедневная жизнь.

Делает — не делает, сам — не сам, регулярно — не регулярно. В мелочах. Постоянно, каждый день.

В процессе воспитания родители встраивают много противоречивых убеждений. Например, под настроение говорим: «можно это делать», через какое-то время — «нельзя». И ребенок вдруг понимает, что есть лазейка. Одновременно «можно» и «нельзя» — все зависит от настроения родителя. Ну как таким шансом не воспользоваться?! И дети создают или ждут нужного настроения и пользуются.

Бывает, что ребенок просто не может физически или не умеет делать нечто. Понятно, что это вопрос не к мировоззрению, а к возрасту или умению.

Но если мы ему показали, и он однажды сделал это, от начала до конца, сам: все — умеет! Минимальный опыт есть. А делает или не делает — это вопрос к мировоззрению. Его нужно формировать.

Иногда можно наблюдать и такое. Ребенок умеет заботиться о подругах и друзьях. Когда заболел друг Петя, например, сын каждый день носил ему апельсины и яблоки. А когда заболела мама, даже за хлебом в магазин идти отказался. Некогда. Почему так? Очевидно, это уже вопрос не умения, а мировоззрения. Не объяснили мальчику, зачем нужно беречь маму, переживать за нее, помогать ей. Не дали опыт того, почему это важно. В этом отношении оказался пробел.

Для себя нужно понимать, что в 18–20 лет (если вы осознанно не формировали мировоззрение под эти задачи) умение переживать, заботиться, беречь родителей, увы, не появится. Откуда ему взяться?

Практическое задание

Проанализируйте записи в Дневнике проекта «Мой ребенок» по вопросам:

1. Что уже умеет делать мой ребенок, но не делает самостоятельно и регулярно? В чем ему по-прежнему нужна «внешняя мотивация» в лице родителей, учителей?

2. Какой опыт могу дать, какие примеры могу привести, какие условия создать, что еще я могу сделать, чтобы внешнюю мотивацию перевести во внутреннюю?

Важно! Формат и объем данной книги не предполагает возможности обучить умению грамотно формировать мировоззрение своих детей: как «взращивать» мудрого

«внутреннего тренера», как создавать и укреплять связку «ценности + убеждения + многократный опыт». Это сугубо практическое умение, которое мы формируем у родителей при непосредственном обращении: на обучающих индивидуальных или групповых программах, на консультациях, в ходе индивидуального сопровождения.

Однако наш многолетний опыт и многотысячная аудитория обученных нами участников показывает, что на начальном этапе (для ознакомления, понимания, наблюдения и первичной коррекции) вышеизложенной информации в совокупности с упражнениями достаточно. Более чем.

Кто ищет большего и готов работать в этом направлении — обращайтесь!

Подведем итоги главы

1. О степени взрослости человека мы судим не по возрасту и биологическим параметрам, а по наличию и силе внутреннего тренера и его распространенности на все сферы жизни.

2. Ценности + убеждения + многоразовый опыт = внутренний тренер. Эту связку также принято называть мировоззрением.

3. Нет этой связки — мы имеем только разовое поведение и постоянную потребность во внешнем мотиваторе.

4. Наличие этой связки гарантирует наличие самомотивации.

5. Делает ребенок или не делает что-либо самостоятельно и регулярно — это вопрос к наличию или отсутствию сформированного мировоззрения/ внутреннего тренера.

6. Чтобы научиться формировать у детей «полезное» мировоззрение, нужно начать с наблюдения и коррекции своего мировоззрения. Оно помогает или мешает в ведении проекта «Мой ребенок»?

7. Умение грамотно формировать мировоззрение — это практический инструмент, навык, которому можно обучиться только лично и на практике.

8. Кто ищет большего и готов работать в этом направлении — обращайтесь!

Вместо эпилога. Три «жизненных проекта»

Кто сказал, что отпустить легко?

Все разложили по полочкам, расставили акценты на распространенных ошибках, заострили внимание на заблуждениях, дали простые и понятные инструменты для работы с этим. Чего еще желать-то! Бери и делай.

Однако...

Мы реалисты и практики с многолетним опытом. И уверены на 100 %, что далеко не все будут делать. Откуда такая уверенность? Почему достаточно высокий процент читателей — умных, образованных, деятельных, главное — нуждающихся в этих инструментах, делать не станут? В чем причина?

Ответ для многих будет неожиданным. Причина — страх.

Страх, что получится и удастся проект «Мой ребенок». Как бы парадоксально это не звучало!

Почему многие родители (втайне от себя самих!) боятся, что проект «Мой ребенок» получится, долгосрочные цели будут достигнуты, дети будут САМОстоятельными во всех четырех аспектах жизни? Почему готовы выбрать путь вредителя, лишь бы не дать детям стать такими?

Пример из практики

На одном из тренингов. Мама делится. Дочери 25 лет, живет с родителями, окончила один вуз, сразу поступила во второй («Эта профессия не то, чем я хотела бы заниматься всю жизнь»), «выносит мозг родителям» (цитируем маму!) по поводу не разогретого обеда, отсутствия чистой одежды, новой одежды, ремонта в комнате — стыдно пригласить кого-то. «Я устала, — жалуется мама, — то пирсинг, то дреды... Если делаю замечание или пытаюсь дать обязанности — скандал! Она грозится, что уйдет жить отдельно. Что делать?»

— Так отпустите, пусть живет сама.

— Ну да! А я что буду делать?!

Вот оно — сокровенное.

А что будете делать вы, уважаемый читатель, когда придет время отпустить в самостоятельную жизнь удачно реализованный проект «Мой ребенок»?

Для тех, кто сейчас подумал: «Глупости! Я только и жду, когда появится время отдыхать, путешествовать, заниматься собой», — ответим жестко и категорично: не нужно себя обманывать! Если вы ждете это время, значит, не делаете этого

сейчас. И с каждым годом ожидание все больше будет становиться иллюзией. Увы!

Отдыхать, заниматься собой, путешествовать — это привычка. Тут как с мышцами. Если не тренировать — слабеют. Если не пользовать вовсе — атрофируются.

Это одна сторона вопроса. Есть вторая. Помните, в главе «О вложениях и ожиданиях» мы предлагали считать временную и финансовую стоимость проекта «Мой ребенок»? А в главе «Ресурсы для проекта “Мой ребенок”» выяснили, что не только время и деньги вкладывают родители в проект. Стало очевидно, что для каждой долгосрочной цели воспитания нужны, кроме финансово-временных вложений, дополнительно:

• собственные умения (чтобы показать личный пример или начать вести себя с детьми так, как раньше не вел, делать то, чего раньше не делал, перестать делать то, что делал раньше);

• усилия, чтобы эти качества у себя воспитать;

• более внимательное и трезвое отношение к людям в своем окружении, умение строить с ними отношения, договариваться;

• умение учиться и фильтровать обилие поступающей новой информации.

Это, уважаемый читатель, действительно много ресурсов!

Внимание, вопрос: что вы будете делать с высвободившимися ресурсами? Куда, во что перенаправите, начнете вкладывать?

Пример из практики

Родители реализовали проект «Мой ребенок»: сын сам выбирал вуз, сам готовился и поступил, еще в институте начал подрабатывать. На время получения диплома имел стаж три года. Остался работать там же, только в должности его повысили. Когда речь зашла о самостоятельном проживании, родители купили «квартиру сыну» на одной лестничной площадке со своей, сделали отличный ремонт. Но он категорически отказался. Женился и переехал жить в старую бабушкину квартиру на окраину города. Бабушку перевез в новую, рядом с родителями. Мама с папой причитали: «У нас как кусок жизни забрали! Все время были втроем. Мы мечтали, что он женится, мы будем помогать молодым: кушать приготовить, навести порядок, вечерами общий ужин, внуки пойдут — там вообще работы, только успевай! И что нам теперь делать?! С тоски начали всех старых друзей в гости постоянно зазывать. Ну не в театры же теперь ходить?»

А почему бы и нет?

Классический пример того, как не было продумано заранее, что делать с высвободившимися ресурсами. Приходится импровизировать. А поскольку давно ничего регулярно и специально в этой области не делали, то импровизация получается по знакомому и привычному сценарию. Говорите, «только и ждем, когда собой заняться»?..

Давайте подытожим:

1. Дети вырастут и пойдут «жить свою жизнь», а вы останетесь. Останетесь с кем? Будете заниматься чем?

2. Если не подумать об этом заранее, не прилагать регулярно и осознанно усилий для этого, то с уходом детей «вдруг или наконец-то» мечты «займемся собой» так и останутся мечтами.

И каждый родитель неосознанно понимает это. И боится момента ухода детей. Потому что это оголяет… пустоту. Пустоту отношений с мужем, женой, пустоту отношений с самим собой.

Увы!..

Три жизненных проекта

В нашей жизни дети — это не единственный проект. И не самый главный.

В жизни каждый человек реализовывает, как минимум, три проекта.

1. Первый и главный проект — «Я». Свои интересы, свое здоровье, своя реализация, свое дело, свои достижения.

2. Второй проект — «Мы». Это парные, партнерские отношения со «второй половинкой» (мужем, женой), цели и задачи этого проекта, счастье и долгосрочность.

3. И только на третьем месте появляется проект «Дети». Это логично, потому что он производный от двух предыдущих, дополняющий, являющийся отдельной частью.

Самый главный проект — это *мы сами*.

Успешность проекта «Дети» напрямую зависит от того, насколько успешны два предыдущих проекта.

Пример из практики

Одно из заблуждений — жизнь ради детей.

А своя жизнь не важна? Десятилетиями один родитель или оба живут «ради ребенка», отодвигая свои интересы, интересы своего партнера на второй, третий план.

Стать и быть значимым, нужным и незаменимым для ребенка просто, согласитесь! Тут и напрягаться особо не нужно: самой природой определено, что в самом начале жизни детей родители действительно практически незаменимы. Да и по мере взросления ребенка взрослому человеку не нужно прилагать особых усилий, чтобы остаться незаменимым, интересным, нужным, важным, самым умным, «единственным, кто понимает», и так далее.

Другое дело — стать и оставаться таким для себя. Или для своего мужа, своей жены.

Вдумайтесь, сколько на самом деле нужно ежедневных усилий, чтобы с собой было интересно и радостно, чтобы быть для супруга(-и) по-настоящему нужным.

Не потому ли так много родителей выбирают путь вредителя (как мы сейчас понимаем — легкий и не затратный), лишь бы не заниматься собой и своими отношениями с мужем, женой? Закрывая ширмой «во

имя любви к детям» многолетнюю пустоту отношений с собой и с партнером.

Поэтому многие родители боятся наступления времени, когда дети уйдут в самостоятельную жизнь.

Вывод:

1. Проект «Мой ребенок» не может быть основным, а сам ребенок не может быть в семье главным. По той причине, что проекты «Я» и «Мы» первичны.

2. Если в первых двух проектах все хорошо, то проект «Дети» только улучшит их.

3. Если проект «Дети» появляется лишь как способ решить проблемы в двух первых, то он усугубляет и ухудшает ситуацию.

Например. Должность женщины сокращают на работе. Вместо того чтобы искать способы трудоустройства, она решает родить. Результат — денег не хватает, ощущение нереализованности и неустроенности переносится на мужа и ребенка (якобы они причина).

Или у мужа появляется связь с другой женщиной. Жена «неожиданно» узнает, что она беременная. Он не может уйти. Остается. Но и связь с другой женщиной остается. Результат — скандалы, обман, истерики — та атмосфера, в которой растет ребенок.

Вернемся к примеру, в котором сын поменялся квартирой с бабушкой. Почему запаниковали родители? Потому что вдруг увидели, что между ними ничего нет. Пустота. А «общее» живет на окраине и очень редко приезжает в гости.

В этот момент родители начинают «заманивать»: мы дадим тебе денег, мы посидим с внуком, а мы тебе подарок купили. Начинаются игры. А почему начинаются? Потому что люди вдруг осознают, что остались наедине с «этим»: партнером и самим собой.

Прошедшие годы в эти «проекты» не вкладывались. Запустили. А начинать расчищать десятилетние «завалы» тяжело, вкладываться в себя и друг друга отвыкли и разучились. Какой выход? Начать-таки «расчищать и вкладываться». Или всеми правдами и неправдами оставить «наше общее» рядом, не дать уйти на «вольные хлеба».

Японцы говорят: «Ребенок не может быть боссом. Босс — это папа у мамы и мама у папы. А дети — менеджеры среднего звена».

Вредители, заранее предчувствуя такую «перспективу», меняют местами проекты: ставят проект «Дети» на первое место: «Я — это мой ребенок» — или на второе место: «Сын — единственный мужчина моей жизни», «Дочь — лучшая хозяйка в мире».

О чем это? Функция менеджера среднего звена легко заменяема. Он пришел и ушел. Он пойдет в свою жизнь реализовывать себя. И он должен это сделать. А мы обязаны, как родители, отпустить его. И больно бывает сделать это только в том случае, когда не знаешь, что делать с двумя первыми проектами.

Если партнеры интересны друг другу и между ними все замечательно, то проект «Мой ребенок» будет реализован благополучно.

Практическое задание

То, что мы сейчас предложим вам сделать, не является основной задачей данной книги. Более того, у большинства наших читателей нет достаточного опыта, инструментов и приемов для работы с такими задачами. Поэтому мы планируем продолжить тему трех основных жизненных проектов в последующих книгах.

И все-таки! Пока просто как сможете, не претендуя на основательность и доскональность, подумайте и запишите:

1. Какие долгосрочные цели имеет проект «Я»?
2. Какие долгосрочные цели имеет проект «Мы»?
3. Какие границы в первом и втором проекте у вас очерчены четко? А какие размыты? В чем это выражается?
4. Посчитайте, сколько времени вы ежедневно вкладываете в проект «Я» и «Мы» (возьмите статистику хотя бы в течение недели, лучше — нескольких месяцев).
5. Проведите «ревизию ресурсов» по проектам «Я» и «Мы». Чего не хватает? Где взять?

Список вопросов можно расширить по своему усмотрению. Их направленность и так очевидна. Главное — заметить, что все три — это отдельные проекты! Пересекающиеся, временами дополняющие друг друга, временами противоречащие, просто несовместимые или слитые воедино, но все равно — отдельные жизненные проекты.

Научиться совмещать ведение трех жизненных проектов, находить оптимальные компромиссы,

достигать цели и при этом получать радость и удовольствие — целое искусство! Искусство вести проект под названием «Моя жизнь».

Продолжение следует…

Что хотелось бы сказать в завершение книги?

1. Мы не пытались быть удобными и понятными для всех. Это не наш стиль. Но если, уважаемый читатель, вы дошли в книге до этих строк, значит, наш стиль здравого смысла и практичности вам подходит. Именно для вас (и таких, как вы) мы вложили столько души и труда в эту книгу.

2. Много полезного, интересного материала осталось за кадром: важных для каждого родителя тем, практических наработок, упражнений, примеров и прочего. Поэтому, дописывая эту книгу, мы одновременно начали новую.

И последнее.

Наши отношения с детьми — это постоянный выбор, как поступить: как родитель или как вредитель. Для большинства он незаметный, неосознаваемый, неуправляемый. Невозможно управлять тем, чего не замечаешь. Вам повезло: теперь у вас действительно есть выбор. И он за вами. Выбор быть родителем или вредителем.

Продолжение следует…

Авторы о себе

Жизнь родителя лучше всего, на наш взгляд, иллюстрирует образ весов.

На одной чаше: любовь к детям, гордость за себя и за их достижения, радость и безграничное счастье от того, что ты дал новую жизнь, продолжил род, надежда, что эта новая жизнь будет светлой, счастливой, удачливой (возможно, гениальной!), желание сделать все, чтобы это было именно так.

На другой чаше весов — ежедневные заботы и расходы на детей, бессонные ночи, грязная посуда и одежда, разбросанные игрушки, проблемы в детском саду или школе, капризы, скандалы, постоянная нехватка времени на «воспитание», лень или отсутствие интереса к жизни детей, страх ошибиться, сделать что-то не так, не доделать, не додать.

Чтобы достичь баланса, родитель пытается любовью, надеждой, гордостью и желанием уравновесить просчеты, недоделки, нехватку времени, бытовые мелочи, страхи.

Будем честны сами с собой: чем старше становятся дети, тем сложнее это делать. Недаром говорят: «Маленькие детки — маленькие бедки, большие детки — большие бедки».

Мы те, кто знает, как создать баланс, уравновесить чаши весов, имеет четкий, пошаговый алгоритм, проверенный на собственном опыте и опыте других родителей.

Почему это так?

Мы сами любим учиться, делаем это регулярно и с

удовольствием. В результате у нас на двоих 5 дипломов о высшем образовании, среди которых психологическое, педагогическое, экономическое и техническое. И количество сертификатов, свидетельствующих о дополнительных специальных навыках в области психологии, психотехнологий, менеджмента, управления и т. д., исчисляется десятками.

Мы постоянно изучаем «практическую сторону» жизни человека. Имеем более чем 15-летний опыт исследовательской работы в области изучения и структурирования полезного и эффективного опыта людей в разных жизненных областях: воспитание детей, отношения между мужчиной и женщиной, отношения с самим собой, мотивация и самомотивация, достижение целей, поиск своего дела и эффективная реализация своих способностей. На основе собранного материала нами созданы авторские «модели» — рецепты, алгоритмы, последовательность действий, которые помогают людям получить желаемое. Так, для создания авторской «модели воспитания детей» (которая легла в основу книги «Родитель ты или вредитель?») на протяжении 5 лет нами был изучен опыт 108 родителей, структурированы их наработки, знания, умения.

Мы умеем обучать качественно. Авторитетно заявляем: наши наработки существуют не в теории, а описаны на основе реального опыта реальных людей, из практики. На их основе созданы авторские обучающие программы. На данный момент нами проведено свыше 400 обучающих проектов, что в сумме дает более 10 тысяч часов и более 5 тысяч участников. Они рекомендуют нас друг другу так: «Профессионалы, которые знают, как прийти к результату кратчайшим путем, и учат этому просто и доступно».

Мы практики. Все, чему обучаем других, что используем как базу для регулярного ведения индивидуальных проектов и консультирования, проверено на собственном опыте и опыте других людей.

Мир вокруг постоянно меняется и требует быстрого изменения от нас. То, что было актуально и приносило результат вчера, может быть устаревшим и не результативным уже сегодня. Поэтому для себя главной задачей считаем: постоянно «держать руку на пульсе», изучать, наблюдать, находить и отдавать в пользование людям новые практичные и полезные наработки. Постоянно «изобретать велосипед», учиться на собственных ошибках или использовать бесценный результативный опыт других, экономя собственное время и усилия — личный и абсолютно свободный выбор каждого.

Кто хочет узнать о нас подробнее или познакомиться лично,

приглашаем на сайт **www.sokolov-pozharova.com**. Для отзывов и пожеланий: **sokolov.pozharova@gmail.com.**

Хотим сказать спасибо

Мы благодарны нашим мамам и папам, дедушкам и бабушкам за ЖИЗНЬ. За сказочное детство, любовь к чтению, обучению, вдохновение на первые «пробы пера» и глубокую веру в их перспективность.

Денису и Зое Федорченко, Игорю и Светлане Созиновым, Алле Петровой и Александру Романюку, Юрию и Наталье Мироновым, Наталье и Юрию Павловым, Сергею и Светлане Райн, Воиновой Евгении и ее семье, Евгению Заике, Марине Усачевой, Игорю Казачинскому, Павлу Кондюх, Ольге Думе, Марии Степанцовой, Наталье и Олегу Бобровским, Наталье и Дмитрию Мазур — за многолетнюю бесценную дружбу и поддержку.

Тимуру Владимировичу Гагину — за огромный вклад в формирование нашего прагматичного мировоззрения и рабочие инструменты для практических исследований и обучения.

Ольге Викторовне Никитиной и Светлане Керимовой — неподражаемым и уникальным (каждая в своем роде!), энергичным, ярким и замечательным женщинам за пример служения своему делу и умения совмещать это с воспитанием детей.

Семье Масюкевич за вдохновляющий образец семейных отношений.

Руслану Станиславовичу Вегиеву и Алене Юрьевне Данильцевой за веру в наш подход и преданность общему делу.

Светлане Гилман, ее мужу Эдуарду и сыну Олегу за образец умения совмещать душевность, эмоциональность, креатив с обязательностью, практичностью и высоким уровнем профессионализма. Не только в работе, но и в отношениях.

Владимиру Евгеньевичу Литарову за то, что однажды взял с нас слово «подарить-таки миру модель воспитания детей». С этого началась наша большая, серьезная и длительная работа над этим проектом.

Наталье Анатольевне Вихтинской, Руслану Анатольевичу Добрику, Наталье Рубан, Евгению Кулику, Владимиру Иванову, Владимиру Куровскому, Екатерине Бордюковой, Марине Карпищенко, Ивану Бизюкову, Михаилу и Марии Алексеевым, Татьяне Сулиме, Вячеславу Коськину, Антону и Анне Подопригора, Юлии и Алексею Сыпачевским, Евгению Эчкенко,

Виталию Ткаченко и многим-многим другим замечательным, ярким, интересным, талантливым людям, которые в разное время, разным способом оказали влияние и помогли в исследовании, формировании, тестировании и оформлении в конечный продукт нашей авторской модели воспитания детей.

Отдельная благодарность Инне Ивановне Гришиной, Наталье Юрченко, Сергею Величко и всей команде ИГ «Основа» за «огонь в глазах», вдохновение, профессионализм и огромный труд, чтобы автор и его читатель нашли друг друга.

С уважением,
психологи, консультанты и разработчики,
тренеры авторских обучающих программ
Соколов Вадим Александрович
и Пожарова Светлана Борисовна

Редактор: Юрченко Н. Ф.

Підп. до друку 10.10.2016. Формат 60х90/16. Папір офсет.

Гарн. Мириад. Ум. друк. арк. 15,0. Зам. №16-10/30-05.

ТОВ «Видавнича група “Основа”». 61001, м. Харків, вул. Плеханівська, 66.

Тел. (057) 731-96-34, e-mail: office1@osnova.com.ua.

ССвідоцтво суб’єкта видавничої справи ДК № 6058 від 01.03.2018 р.